Medicine Plants

ادویاتی پودے

Compiled by

Riaz Masud

riazmasud2k@gmail.com
(0333-4215416)

بِسْمِ اللَّهِ

الرَّحْمَٰنِ

الرَّحِيمِ

انتساب

کتاب

ادویاتی پودے

اپنے دوست

جناب رفیق اختر

ناظم زرعی اطلاعات پنجاب

کے نام

ریاض مسعود

ادویاتی پودوں کی کاشت

تعارف

ابتداء زمانہ سے انسان اور پودوں کا چولی دامن کا
ساتھ ہے انسان پودوں سے خوارک ،لباس اور
ایندھن حاصل کرتا رہا ہے۔ بیماری کی صورت میں
بھی وہ ان پودوں کو ہی بطور دوا استعمال کرتا تھا یہ
حقیقت ہے کہ ایک انسان کی بیماری کا علاج اس
مٹی سے اگنے والے پودوں سے بہتر کسی چیز سے
نہیں ہوسکتا جس مٹی سے اس کا خمیر اٹھایا گیا ہے
۔صدیوں تک انسانوں کے علاوہ جانوروں کا
علاج بھی پودوں ہی سے کیا جاتا رہا ہے لیکن وقت
گزرنے کے ساتھ جیسے سائنس نے ترقی کی تو
جہاں اور شعبوں میں تحقیقات ہوئیں وہاں طبی علوم

میں بھی تحقیق کی روشنی میں نئی نئی دریافتیں ہوئیں۔ پودوں سے حاصل شدہ ادویات کی جگہ مصنوعی طریقے سے تیار شدہ مختلف کیمکل کو بطور دوا استعمال کیا جانے لگا تیار شدہ ادویات زور اثر تھیں اس لیے انہوں نے پودوں سے حاصل شدہ قدرتی ادویات کی جگہ لے لی مختلف اداروں نے ادویات کو مصنوعی طریقے سے تیار کرنے کو بطور ایک کاروبار کے اپنا لیا اور یہ کاروبار ایسا بڑھا کہ فطری طریق علاج کو پس پشت ڈال دیا گیا۔ گو ان مصنوعی طریقے سے تیار شدہ ادویات سے مختلف بیماریوں کے علاج میں کافی آسانی ہوگئی لیکن جلد ہی ان ادویات کے مضر اثرات سامنے آنے لگے اور تجربات سے معلوم ہوا کہ ان ادویات کا فائدہ کم نقصان زیادہ ہے اس لئے اب پھر انسان اسی

قدرتی اور فطری طریق علاج کی طرف پلٹ رہا ہے۔پودوں سے تیار شدہ ادویات کا استعمال روز بروز بڑھ رہا ہے جس سے ان ادویات میں استعمال ہونے والے پودوں کی طلب میں کئی گنا اضافہ ہوگیا ہے اور نباتاتی ادویات کی خرید وفروخت نے ایک تجارت کی شکل اختیار کرلی ہے ۔اس وقت تقریباً ڈیڑھ سے ڈھائی سو نباتاتی ادویات دنیا کے مختلف فارماکوپیا میں تحقیقی شواہد پر مبنی مجرب اور مستند ادویات کے طور پر درج کی جاچکی ہیں اور مختلف کمپنیوں نے ان کو مغرب خاص طور پر جرمنی ،اٹلی ،برطانیہ اور امریکہ میں بطور موثر ادویات متعارف کروانا شروع کردیا ہے ۔اس وقت تک ان نباتاتی ادویات کی خرید وفروخت تقریباً 120 بلین امریکی ڈالر تک جاپہنچی ہے۔

اللہ تعالیٰ نے پاکستان کو بے شمار نعمتوں سے نوازا ہے اس کو ایسی آب وہوا اور اسکی زمینوں کو ایسی زرخیزی بخشی ہے کہ یہاں ہر قسم کی فصل اگ سکتی ہے۔ پاکستان میں ادویاتی پودوں کی کاشت گو محدود پیمانے پر ہورہی ہے مگر زیادہ تر ان کو جنگلات اور پہاڑی علاقوں سے بطور جڑی بوٹیوں کے اکٹھا کیا جاتا ہے۔

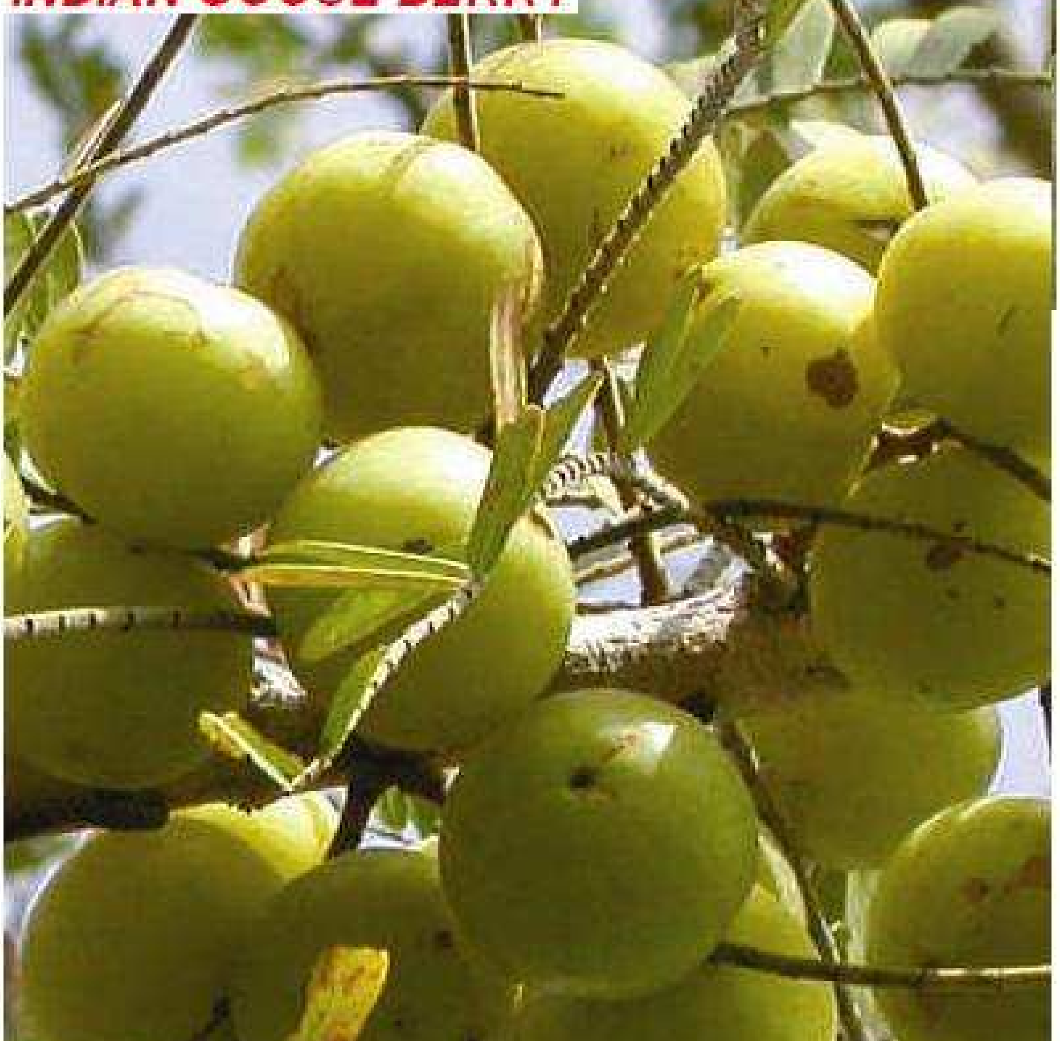
اس وقت جہاں عام فصلوں مثلاً گندم، چاول، مکئی، کپاس اور نیشکر وغیرہ کی پیداوار بڑھانے کی سخت ضرورت ہے ایسی فصلوں کی کاشت کو رواج دینا بھی ضروری ہے جو مقدار کے لحاظ سے تو کم استعمال ہوتی ہے لیکن ان کی اہمیت کسی طرح بھی کم نہیں ہے۔ پاکستان کی ستر فیصد آبادی دیہات میں آباد ہے جن کا زیادہ تر انحصار نباتاتی

ادویات پر ہے بلکہ وہ اپنے جانوروں کا علاج بھی انہی ادویاتی پودوں سے کرتے ہیں۔ان نباتات کو مختلف بیماریوں کے علاج میں بہت مفید پایا گیا ہے حتیٰ کہ کئی ایسے پودے دریافت ہو چکے ہیں جو شوگر، دل کی بیماریوں، یرقان، السر اور جگر کی کئی اہم بیماریوں میں مفید پائے گئے ہیں اور ہزاروں لوگ ان سے استفادہ کر رہے ہیں۔ضرورت اس امر کی ہے کہ ان ادویاتی پودوں کی کاشت سائنسی بنیادوں پر بطور فصل کی جائے۔تا کہ نہ صرف ان کی بڑھتی ہوئی مانگ کو پورا کیا جا سکے بلکہ ان کی کاشت سے کسان کی آمدنی میں بھی خاطر خواہ اضافہ ہو سکے۔نباتاتی پودوں کی کاشت کی اہمیت کے پیش نظر یہ کتابچہ مرتب کیا گیا ہے جس میں مختلف ادویاتی پودوں کو کاشت کرنے کے سائنسی

طریقوں کی وضاحت کی گئی ہے۔اس میں ان
پودوں کی کاشت کے لیے زمین کی تیاری،آب
وہواشرح تخم،کاشت اور برداشت کے ساتھ ساتھ
ان کے چیدہ چیدہ طبی خواص وفوائد بھی تحریر کیے
گئے ہیں تاہم ان کا بطور دوا استعمال مستند طبیب
کے مشورہ سے کیا جائے۔امید ہے کہ اس کتابچہ
کے مطالعہ سے ہمارے ان کاشتکار بھائیوں کو جو
ادویاتی پودوں کی بطور فصل کاشت کرنے میں
دلچسپی رکھتے ہیں کچھ رہنمائی مل جائے گی اور وہ ان
کو کاشت کرکے نہ صرف ملکی ضرورت کو پورا
کرسکیں گے بلکہ ان سے خاطرخواہ آمدنی بھی
حاصل کریں گے۔اس کتابچے کوزیادہ مفید بنانے
کے لئے دی گئی ہرتجویز کا دلی خیرمقدم کیا جائے
گا۔



INDIAN GOOSE BERRY



آملہ

انگریزی نام **Indian Goose Berry:**

نباتاتی نام **Phyllan Thus : emblica**

تعارف آملہ درمیانے قد کا ایک خوب صورت درخت ہے۔جس کا پھل گول بیر کی شکل کا ہوتا ہے ۔جس کی چھ پھانکیں ہوتی ہیں۔

کاشت

آملہ کی کاشت کے لیے گرم مرطوب آب ہوا ضروری ہے تاہم یہ نیم گرم مرطوب علاقوں میں بھی کاشت کیا جاسکتا ہے آملہ کا درخت سدا بہار بھی ہے اور بعض حالات میں اس کے پتے گر بھی جاتے ہیں آملہ ہر قسم کی زمین میں کاشت کیا جاسکتا

ہے لیکن ریتلی میرا اور اچھے نباتاتی مادہ اور نکاس والی زمین اس کے اگانے کے لیے بہتر خیال کی جاتی ہے۔

افزائش نسل

آملہ کی افزائش نسل مندرجہ ذیل طریقوں سے کی جاتی ہے۔

1۔ بذریعہ بیج

آملہ بیج سے اگا کر بھی لگایا جاتا ہے تاہم بیج سے اگا کر لگائے گئے پودوں کا پھل چھوٹا اور ادنیٰ خصوصیات کا حامل ہوتا ہے۔

2۔ بذریعہ نباتاتی طریقہ

نباتاتی طریقہ سے اگایا ہوا آملہ کا پھل اعلیٰ خصوصیات کا حامل ہوتا ہے۔ افزائش کے نباتاتی طریقے حسب ذیل ہیں۔

ا۔ قلم

شاخوں کی 9 تا 12 انچ لمبی قلمیں کاٹی جاتی ہیں اور کچھ پتے بھی قلم کے ساتھ رہنے دیئے جاتے ہیں۔ قلم کا نچلا حصہ آنکھ کے نزدیک سے گول کاٹا جاتا ہے جبکہ اوپر کا حصہ ترچھا کاٹا جاتا ہے جو کہ آنکھ سے ڈیڑھ انچ لمبا ہوتا ہے ان قلموں کو گیلی ریت میں لگایا جاتا ہے تاکہ جڑیں پھوٹ آئیں پھر ان قلموں کو 2/3 حصہ تک اچھی طرح تیار شدہ زمین میں دبا دیا جاتا ہے۔

ب ۔ بغل گیر پیوند

بیج سے اگائے گئے ایک یا ڈیڑھ سالہ پودوں کو فروری مارچ یا جولائی اگست میں گملوں میں تبدیل کر دیا جاتا ہے۔ تبدیل کرنے کے 15 یا 20 دن بعد ان گملوں والے پودوں کو مطلوبہ پیوندی درخت

کی یکساں موٹائی والی شاخ کے ساتھ یعنی سائن اور سٹاک کا 1/8 انچ گہرا اور تقریباً دو انچ لمبا چھلکا اتار کر باندھ دیا جاتا ہے جوڑ پر پولی تھین کا غذا اچھی طرح باندھ دیا جاتا ہے۔ 2 تا 3 ماہ بعد جوڑ سے نیچے سائن کو کاٹ کر پودا علیحدہ کر لیا جاتا ہے۔ اس دوران گملوں کو روزانہ دو دفعہ پانی دینا بہت ضروری ہے۔

ج۔ ٹی بڈنگ

فروری مارچ یا اگست ستمبر میں آملے کے پودے بذریعہ ٹی بڈنگ پیوند کئے جاسکتے ہیں۔ پرانے تخمی پودوں کو بذریعہ ٹی بڈنگ پیوند کرکے اعلیٰ قسم کا پھل حاصل کیا جاسکتا ہے اس مقصد کے لئے مارچ کے مہینہ میں پودے کو چار فٹ بلندی سے کاٹ دیا جاتا ہے اور جو شگوفے نکلیں ان میں موزوں شاخوں کو اگست ستمبر میں پیوند کردیا جاتا ہے۔

پودے لگانا

پودے موسم بہار یعنی فروری مارچ یا ستمبر اکتوبر میں لگائے جاتے ہیں ۔داغ بیل کرنے کے بعد نشانوں پر 3 فٹ گہرے گڑھے کھودے جاتے ہیں ۔گڑھوں کو 20 تا 25 دن کھلا رکھنے کے بعد اوپر والی مٹی، بھل اور گوبر کی گلی سڑی کھاد برابر مقدار میں ملا کر بھر دیا جاتا ہے پھر پانی لگایا جاتا ہے تا کہ گڑھے کی مٹی بیٹھ جائے۔وتر آنے پر پودا لگا دیا جاتا ہے پودے سے پودے کا فاصلہ 30فٹ موزوں خیال کیا جاتا ہے۔

آبپاشی

نئے پودوں کو ایک ہفتہ بعد آبپاشی کی جائے ۔پھول آنے کے موسم میں آبپاشی کم کی جائے ۔پھل بن جانے کے بعد یعنی گرم خشک موسم میں ہفتہ وار پانی دیا جائے سردیوں میں تقریباً ایک ماہ بعد آبپاشی مناسب خیال کی جاتی ہے۔

کھاد

مناسب پیداوار حاصل کرنے کے لیے پودوں کو کھاد دینا انتہائی ضروری عمل ہے اس لئے ہر جوان پودے کو دسمبر جنوری میں 80 کلوگرام کھاد گوبر دی جائے۔ کیمیائی کھادیں یعنی نصف خوراک نائٹروجن اور تمام مقدار فاسفورس و پوٹاش پھول آنے سے دو ہفتے پہلے یعنی مارچ میں دی جائے جبکہ باقی نصف مقدار نائٹروجن پھل بن جانے کے بعد ماہ مئی میں دی جائے۔ کیمیائی کھاد درج ذیل مقدار میں دی جائے۔ 2 سے 3 کلوگرام یوریا 3 کلوگرام سنگل سپر فاسفیٹ اور 2 کلوگرام پوٹاشیم سلفیٹ اوپر بیان کردہ اوقات میں ڈالی جائے

پیداوار

پاکستان میں آملے کا درخت ماہ اپریل مئی میں پھول نکالتا ہے اور پھل موسم سرما میں ماہ نومبر سے جنوری تک پکتا رہتا ہے۔ آملے کا ایک پودا تقریباً 40 سے 60 کلوگرام پھل دیتا ہے۔

خواص

آملہ کے سوگرام قابل خوردنی حصہ میں 81.8 فیصد پانی، 0.5 فیصد پروٹین، 0.1 فیصد چکنائی، 0.5 فیصد معدنیات، 3.4 فیصد ریشہ اور 13.7 فیصد نشاستہ ہوتا ہے۔ اس کے پھل میں کیلشیم، فاسفورس، آئرن، کیروٹین، تھیامین، ریبوفلاوین، ہاسین اور وٹامن سی خاصی مقدار میں پایا جاتا ہے۔

فوائد و استعمال

1۔ طبی نقطہ نظر سے آملہ کا پھل بہت اہمیت کا حامل ہے اس کے پھل میں وٹامن سی وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ وٹامن سی کی بہتات رکھنے کی وجہ سے آملہ ذیابیطس پر قابو پانے میں بہت موثر ہے۔

2۔ آملہ کے پھل کا مربہ دل و دماغ اور بصارت کے لئے بہت مفید ہے۔

3۔ آملہ اسہال اور پیچس کے روکنے میں موثر خیال کیا جاتا ہے۔

4۔ آملہ ایک موثر ٹانک ہے یہ بالوں کی نشو ونما میں اضافہ کرنے کے ساتھ ساتھ ان کی قدرتی رنگت کو بھی برقرار رکھتا ہے۔

5۔ آملہ سانس کی بیماریوں مثلاً دمہ، برانکائٹس وغیرہ کا موثر علاج ہے۔


HEN BANE

اجوائن خراسانی

انگریزی نام **Hen bane**

نباتاتی نام **Hyos cyamus niger**

تعارف

یہ پودا خودرو حالت میں کشمیر اور سوات میں بکثرت
پایا جاتا۔ نباتاتی تقسیم کے لحاظ سے اس کا تعلق ٹماٹر
والے خاندان سے ہے۔ اس کے پتے اور غنچوں
میں مہلک اجزا پائے جاتے ہیں ۔ جنہیں
(Alkaloids) کہتے ہیں۔ اجوائن خراسانی کی
کامیاب کاشت کے لیے مندرجہ ذیل ہدایات پر
عمل کرنا ضروری ہے۔

زمین اور آب و ہوا

زرخیز اور آب پاش علاقوں میں اس کی کاشت
کامیابی سے کی جاسکتی ہے۔ ریتلی، سیم زدہ اور تھور
والی زمین اس کی کاشت کے لیے موزوں نہیں ہے
۔ پہاڑی علاقوں میں بھی اس کی کاشت کی جاسکتی
ہے۔ یہ موسم سرما کی فصل ہے یعنی اس کی بڑھوتری
کے لیے ٹھنڈے موسم کی ضرورت ہے اور فصل پکتے
وقت گرم موسم درکار ہوتا ہے۔

زمین کی تیاری اور کھاد

زمین کو اچھی طرح تیار کرنا نہایت ضروری ہے
۔ چار پانچ مرتبہ ہل و سہاگہ چلایا جائے تاکہ مٹی
اچھی طرح باریک اور بھربھری ہو جائے اگر زمین
اونچی نیچی ہو تو اس کو ہموار کرنا بھی ضروری ہے اس
کے بعد فصل بونے سے پندرہ بیس دن پہلے فی ایکڑ

دس بارہ گڈے کھاد گوبر جو کہ اچھی طرح گلی سڑی ہو کھیت میں بکھیر کر ہل چلانا چاہیے تا کہ کھاد زمین میں اچھی طرح مل جائے بعد میں سہاگہ پھیر دیا جائے پھر راونی کر کے دو دفعہ ہل و سہاگہ چلایا جائے۔

شرح تخم

اڑھائی سے تین کلو بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے اس کا بیج خشخاش کے دانے سے تقریباً تین گنا بڑا ہوتا ہے۔

طریقہ کاشت

اجوائن خراسانی کی کاشت خشک اور وتر دونوں طریقوں سے ہو سکتی ہے **خشک بجائی کی صورت** میں ڈیڑھ ، ڈیڑھ فٹ کے فاصلے پر کھیلیاں بنائی جاتی ہیں اور ان کے اوپر ایک فٹ کے فاصلے پر بیج کی چٹکیاں لگائی جاتی ہیں۔ بیج چونکہ بہت چھوٹے

سائز کا ہوتا ہے۔اس لئے اگر اس کو مٹی میں ملا کر استعمال کیا جائے تو بیج کم مقدار میں استعمال ہوگا ۔اس طریقہ بجائی میں بیج بونے کے فوراً بعد کھیت کو پانی دے دیا جاتا ہے ۔پانی اتنی مقدار میں دیا جائے کہ صرف اس کی نمی کھیلیوں کے اوپر تک بآسانی پہنچ جائے اور پانی کھیلیوں کے اوپر نہ چڑھے کیونکہ اس سے زمین کی سطح پر کرنڈ بن جانے سے بیج اگ نہیں سکتا۔

دوسرا طریقہ وتر میں کاشت کرنے کا ہے۔اس میں زمین کو پانی دینے کے بعد جب وتر آجائے تو ہل وسہاگہ چلا کر زمین کو تیار کرلیا جاتا ہے اور پھر ڈیڑھ فٹ کے فاصلے پر کاٹن ڈرل یا ہینڈ ڈرل سے اس کی بجائی کرلی جاتی ہے بجائی کرتے وقت دیکھ لینا چاہئے کہ زمین میں نمی کافی مقدار میں موجود

ہے بیج زمین میں آدھ یا پون انچ سے زیادہ گہرا نہیں جانا چاہئے بیج زیادہ گہرا بونے کی صورت میں اس کا اگاؤ کمزور رہے گا۔ دس بارہ روز کے بعد اگاؤ مکمل ہو جاتا ہے۔

وقت کاشت

اس کی بجائی ماہ ستمبر کے آخر یا اکتوبر کے پہلے دو ہفتوں میں کر دینی چاہئے۔ جوں جوں بجائی میں دیر ہو گی اسی حساب سے پیداوار کم رہے گی۔

چھدرائی کرنا

جب پودے تین یا چار انچ اونچے ہو جائیں تو ان کی چھدرائی کر دینی چاہئے۔ چھدرائی اس طرح کرنی چاہئے کہ پودوں کا باہمی فاصلہ تقریباً چھ انچ رہے جب پودے چار یا پانچ انچ کے ہو جائیں تو پھر دوبارہ ان کی چھدرائی کر دینی چاہئے اور

پودے کا درمیانی فاصلہ ایک فٹ تک رکھا جائے ۔زرخیز زمین میں پودے سے پودے کا فاصلہ بارہ انچ ضروری ہے۔

نلائی

دو دفعہ نلائی کر دینی چاہیے تا کہ جڑی بوٹیاں نہ بڑھنے پائیں۔

برداشت

مارچ کے آخر یا اپریل میں فصل پک کر تیار ہو جاتی ہے اور اس کو برداشت کر لیا جاتا ہے۔ پودے کی کٹائی آہستہ آہستہ کرنی چاہیے تا کہ اس کے ڈوڈے جو کہ بیج سے بھرے ہوتے ہیں اور ان کے منہ پر ایک ڈھیلا سا ڈھکنا ہوتا ہے ٹوٹ نہ جائے۔ ڈوڈہ ٹوٹ جانے کی صورت میں اس کا سارا بیج زمین پر گر جاتا ہے بیج چھوٹا ہونے کی وجہ سے اکھٹا کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔

پیداوار

اس کے بیج کی پیداوار تین سے چارسوکلوگرام فی ایکڑ ہے۔

فائدے

☆ اس کے بیج دماغی بیماریوں ،اپاہج پن ،پرانی کھانسی، دمہ اورہچکی وغیرہ میں کثرت سے استعمال ہوتے ہیں۔

☆ اس کے پتوں سے ٹنکچر بھی تیار کیا جاتا ہے ۔☆دانت کے کھوکھلے حصے میں اس کا سفوف بھر دیں تو درد سے آرام آجاتا ہے۔

☆ پیٹ میں کیڑے، درد گردہ اور بدہضمی کی بیماریوں کے لئے مفید ہے۔

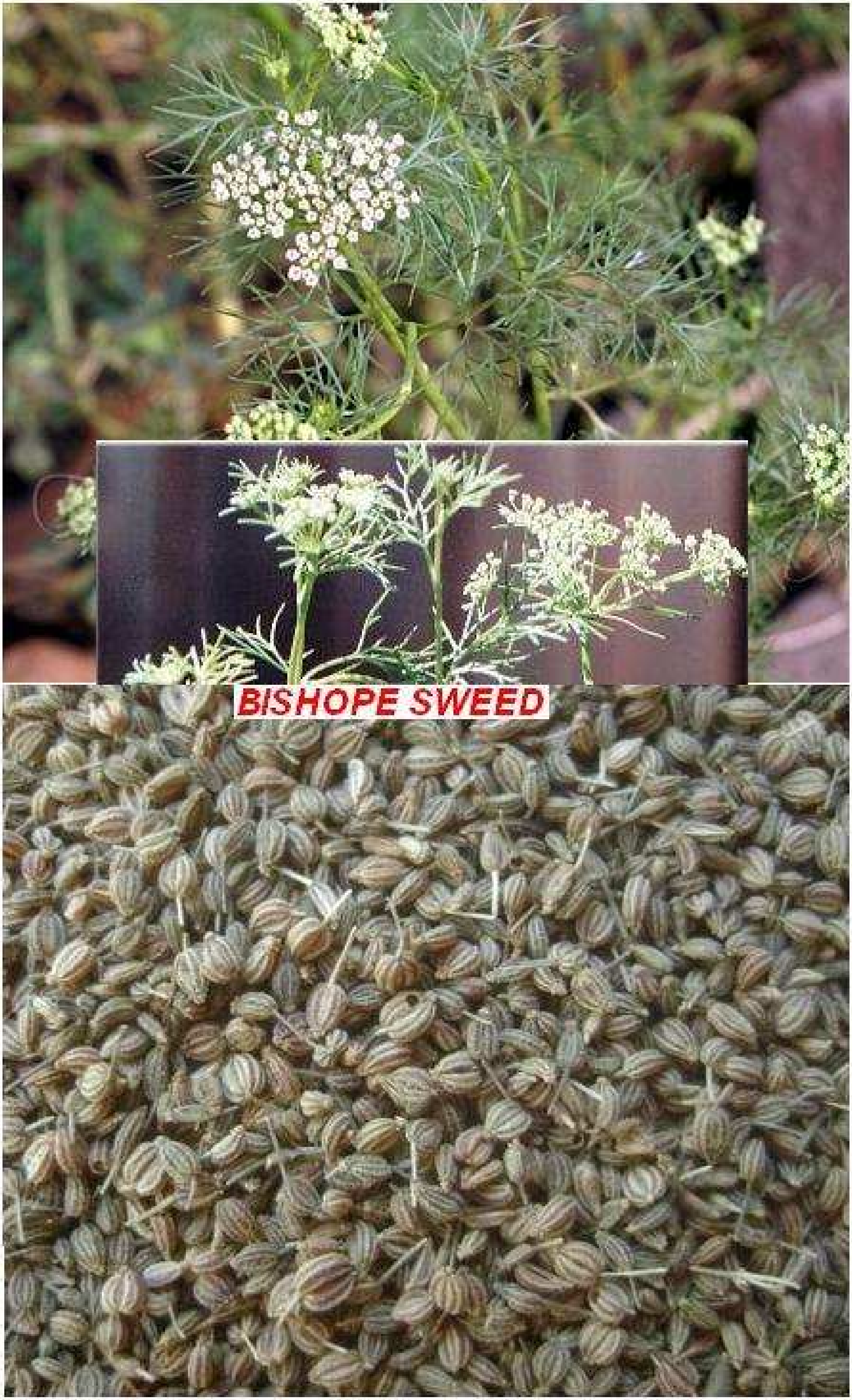
☆ کان کے درد کو تسکین دیتی ہے۔

☆ جسم کے کسی بھی حصہ سے خون کے بہنے کو روکتی ہے۔

☆ بلغمی کھانسی کے لئے مفید ہے۔
☆ جوشاندے کی گلی دانت کے درد کے لیے مفید ہے۔
☆ منہ سے خون آتا ہو تو خشخاش کے ہمراہ مفید ہے۔

احتیاط

اجوائن خراسانی زیادہ مقدار میں نہیں کھانی چاہیے۔
زیادہ کھانے سے جنونی کیفیت کی علامات پیدا ہو جاتی ہے۔
ایسی علامات کا فوراً علاج کیا جانا چاہئے۔
مریض کو قے کروا کر معدہ صاف کر دینا چاہیے یا مریض کو فوراً قریبی ہسپتال لے جانا چاہیے۔
اور بعد ازاں گائے یا بکری کا دودھ استعمال کرانا چاہیے۔


BISHOPE SWEED

اجوائن دیسی

انگریزی نام Bishop sweed

نباتاتی نام Carum copticam

تعارف

دیسی اجوائن کا پودا اڑھائی سے تین فٹ تک اونچا
ہوتا ہے اس کے بیج بطور مصالحہ استعمال ہوتے
ہیں اور بطور دوائی بھی بکثرت استعمال میں لائے
جاتے ہیں اس لحاظ سے یہ ایک بہت ہی کارآمد پودا
ہے۔ یہ پودا ایک خاص قسم کی خوشبو بھی دیتا ہے
پاکستان میں بہت سے غریب زمیندار اپنی بہت سی
بیماریوں کا علاج سونف اور اجوائن سے کرتے ہیں
اس لیے وہ اپنی گھریلو ضروریات کے لیے سونف
اور اجوائن کے چھوٹے چھوٹے پلاٹ یا اپنے

کھیتوں کی وٹوں پر حسب ضرورت لگا لیتے ہیں۔دیسی اجوائن اتنی مفید چیز ہے کہ اس کی کاشت کی طرف ہمارے زمینداروں کو خاص توجہ دینی چاہیے تاکہ ملکی ضروریات پوری ہوسکیں۔مندرجہ ذیل طریقہ سے اس کی کامیاب فصل لی جاتی ہے۔

زمین وآب وہوا

زرخیز اور ہلکی زرخیز زمینوں میں جہاں پانی دستیاب ہو اس کی کاشت کامیابی سے کی جاسکتی ہے۔ بارانی اور کلراٹھی زمینوں میں یہ پودا کامیاب نہیں ہوتا۔پاکستان میں تقریباً ہر جگہ اس کی کاشت کی جاسکتی ہے۔

زمین کی تیاری

تین چار مرتبہ ہل چلائیں اور ہر مرتبہ سہاگہ پھیریں

تا کہ زمین باریک ہو جائے۔مٹی کے ڈھیلے ہوں تو پانی دے کر ڈھیلوں کو باریک کر لینا چاہیے ۔اونچی نیچی زمین کو ہموار کر لیا جائے تو بہتر ہے تا کہ ساری فصل کو یکساں مقدار میں پانی دیا جا سکے ورنہ فصل کہیں سے اچھی اور کہیں سے کمزور ہو گی اس کے علاوہ زمین میں پانچ چھ گڈے کھاد گوبر جو کہ اچھی طرح گلی سڑی ہو زمین میں یکساں مقدار میں ملا دینی چاہیئے اس سے اچھے نتائج نکلتے ہیں۔

شرح تخم

تین سے ساڑھے تین کلوگرام بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

وقت کاشت

وسط اکتوبر اس کی کاشت کے لیے موزوں ترین وقت ہے۔

طریقہ کاشت

اس کی کاشت کے دو طریقے ہیں۔

☆ اچھے وتر میں بیج کا چھٹا دے دیا جاتا ہے اور بعد میں ترپھالی یا بارہیرو پھیر کر بیج کو زمین میں ملا دیا جاتا ہے اور ہلکا سہاگہ بھی دے دیا جاتا ہے۔ دس بارہ دن میں اگاؤ مکمل ہو جاتا ہے۔

☆ اس طریقہ میں ڈیڑھ فٹ کے فاصلہ پر کھیلیاں بنائی جاتی ہیں اور ان کے سروں پر پانچ چھ انچ کے فاصلہ پر بیج کے چوکے لگائے جاتے ہیں۔

آب پاشی

کھیلیوں پر چونکہ خشک بجائی کی جاتی ہے اس لئے بجائی کے فوراً بعد پانی دے دینا چاہئے۔ پانی دیتے وقت یہ خیال رکھنا چاہیے کہ پانی کی نمی کھیلیوں پر بوئے ہوئے بیجوں تک پہنچ سکے۔ اتنا زیادہ پانی نہ

دیا جائے کہ کھیلیاں اس میں ڈوب جائیں پانی میں ڈوبی ہوئی کھیلیوں پر بیج اگ نہیں سکے گا کیونکہ بھیگی ہوئی زمین سوکھ کر سخت ہو جاتی ہے اور بیج پھوٹ کر باہر نہیں آ سکتا۔ ایک ہفتہ کے وقفہ سے دوسرا پانی دیں تا کہ بیج کا اگاؤ مکمل ہو سکے۔ جب بیج مکمل طور پر اگ آئیں تو پھر دو ہفتہ کے وقفہ سے پانی دیں اگر بجائی وتر میں کی گئی ہو تو پہلا پانی پندرہ بیس دن بعد دیں تا کہ اس عرصہ میں پودوں کی جڑیں اچھی طرح جم جائیں اس کے بعد پندرہ بیس دن کے وقفہ سے پانی دیتے رہیں۔

چھدرائی

جب پودے تین چار انچ کے ہو جائیں تو ان کی چھدرائی کر دینی چاہیے اور ایک جگہ پر صرف ایک ہی

پودا رہنے دینا چاہیے تا کہ وہ اچھی طرح پھل پھول سکے۔ پودے سے پودے کا فاصلہ پانچ انچ برقرار رکھنا چاہیے۔

نلائی کرنا

دوران فصل دو تین دفعہ نلائی کردی جائے تا کہ جڑی بوٹیاں زور نہ پکڑ سکیں۔

برداشت

اپریل میں فصل پک جاتی ہے اور اس کی کٹائی کر لی جاتی ہے۔ فصل کو زیادہ نہیں پکنے دینا چاہیے کیونکہ اس سے بیج خراب ہو جاتے ہیں اور منڈی میں کم قیمت ملتی ہے۔

خواص

اجوائن کے بیجوں میں 7.4 فیصد رطوبت، 17.1 فیصد پروٹین، 21.8 فیصد چکنائی، 24.6 فیصد نشاستہ اور 21.2 فیصد ریشہ ہوتا ہے۔اس کے حیاتین اور معدنی اجزاء میں کیلشیم ،فاسفورس،آئرن ،کروٹین ،تھایامین ،ریبوفلاوین اور نیاسین شامل ہیں۔

فائدے

☆ اس کے بیج اچار وغیرہ میں استعمال کیۓ جاتے ہیں۔

☆ ریح کی درد کے لئے مفید ہے

☆ ہاضمہ کے لیے بڑی مفید ہے۔

☆ بیج دوسری دوائیوں میں بھی استعمال ہوتے ہیں

☆ بھوک بڑھاتی ہے۔

☆ فسادِ بلغم اور اپھارا کے لیے مفید ہے۔

☆ پتھری توڑتی ہے۔

☆ بعض زہروں کے لیے تریاق ہے۔

☆ شہد کے ہمراہ تمام اعضاء کے درد اور ورم کے لیے مفید ہے۔

☆ پرانے بخاروں میں بکثرت استعمال ہوتی ہے۔

☆ کالی کھانسی میں مفید ہے۔

☆ اجوائن نزلہ و زکام کا مؤثر علاج ہے۔ کوٹے ہوئے اجوائن کے بیج کپڑے میں باندھ کر سونگھنے سے بند ناک کھل جاتی ہے۔

☆☆☆


Plantago ovata
FLEA SEED

اسبغول

انگریزی نام Flea seed

نباتاتی نام Platigo ovata

تعارف

اسبغول کا پودا فٹ ،سوا فٹ اونچا ہوتا ہے یہ ایک
جھاڑی نما پودا ہے جس سے کافی شاخیں نکلتی ہیں
شاخ کے سرے پر ایک سٹہ نکلتا ہے جس میں بیج
بنتے ہیں اسبغول کے بیج بہت سی بیماریوں میں
استعمال کئے جاتے ہیں ۔بیج کے اوپر کا خول
لعاب دار مادہ سے بھرے ہوئے خانوں سے بنا ہوا
ہوتا ہے ۔بیج کے چھلکے کو علیحدہ کرکے بھی استعمال
میں لایا جاسکتا ہے ۔جسے اسبغول کا ست یا چھلکا

کہتے ہیں۔ اس کے بیج میں تیل دار ایلبیو مین (Albumin) ہوتا ہے اس کی کامیاب فصل کے لیے مندرجہ ذیل باتیں ذہن نشین کر لینی چاہئیں۔

زمین و آب و ہوا

ہلکی زمین میں اور گرم مرطوب آب و ہوا میں اس کی کاشت کی جاسکتی ہے نیز چونکہ اس کو کم پانی کی ضرورت ہوتی ہے اس لیے بارانی اور کم آب پاشی والے علاقوں میں بھی کاشت کی جاسکتی ہے۔

زمین کی تیاری

تین چار دفعہ ہل چلائیں اور سہاگہ پھیر کر زمین باریک کرلیں۔ زمین تیار کرتے وقت پانچ چھ گڈے گوبر کی فی ایکڑ کھاد بشرطیکہ گلی سڑی ہو زمین میں ملا دیں تو بہتر نتائج نکلتے ہیں۔

شرح تخم

دو سے اڑھائی کلوگرام بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

موسمِ کاشت

ستمبر اور اکتوبر کے مہینوں میں اس کی کاشت کی جاتی ہے۔ دیر سے بوئی ہوئی فصل کمزور رہتی ہے ۔لہذٰ پیداوار کم ہوتی ہے۔

بونے کا طریقہ

وتر زمین میں چھٹا دے کر اس کی کاشت کی جا سکتی ہے وہ اس طرح کہ تیار شدہ زمین میں چھٹا دے کر ہل چلا دیا جائے اور اوپر سے ہلکا سہاگہ پھیر دیا جائے ۔بیج زیادہ گہرا جانے کی صورت میں پوری طرح نہیں اگتا۔ دوسرا طریقہ یہ ہے کہ کھیلیوں پر اس کی کاشت کی جائے ۔ڈیڑھ فٹ کے فاصلہ

پر کھیلیاں بنائی جاتی ہیں اور ان کے سروں پر لکڑی سے لائن کھینچ کر اس میں بیج گرا دیا جاتا ہے اور مٹی کی ہلکی سی تہہ سے ڈھانپ دیا جاتا ہے اس کے بعد پانی لگایا جائے۔ آٹھ دس دن میں اگاؤ مکمل ہو جاتا ہے۔

آب پاشی

بارانی فصل ہے اس لیے بغیر آب پاشی کے ہو جاتی ہے صرف بجائی کے وقت اچھا وتر ہونا ضروری ہے ۔گندم کی نسبت تقریباً دوگنا وتر زمین میں موجود ہو تو بہتر ہے ورنہ اس کا اگاؤ کمزور رہے گا۔ جن علاقوں میں پانی وافر ہو وہاں اس فصل کو اگر ایک دو پانی دے دیئے جائیں تو مفید ثابت ہوتے ہیں۔

چھدرائی کرنا

جب پودے تین چار انچ کے ہو جائیں تو ان کی چھدرائی کر دینی چاہئے اور پودے سے پودے کا فاصلہ تین چار انچ رکھنا چاہئے تا کہ پودوں کو زیادہ بیج لگ سکیں۔

نلائی کرنا

پورے موسم میں اگر دو دفعہ فصل کی نلائی کر دی جائے تو مفید ثابت ہوتی ہے۔ کیونکہ جڑی بوٹیاں تلف ہو جاتی ہیں زیادہ جڑی بوٹیوں کے علاقے میں اگر زیادہ دفعہ نلائی کر دی جائے تو اور بھی مفید ہے۔

برداشت

ماہ جنوری میں پھول نکلنے شروع ہو جاتے ہیں اور مارچ اپریل میں سٹے پکنے پر کاٹ لیے جاتے ہیں ۔ سٹے اگر صبح کے وقت کاٹے جائیں تو اچھا ہے

کیونکہ بیج کم گرتے ہیں۔اس لیے کہ اس وقت ہوا میں مقابلتاً نمی زیادہ ہوتی ہے سٹوں کو کاٹ کر کچھ دن خشک کرنے کے لئے چادروں پر پھیلا دیا جاتا ہے اور پھر انہیں جھاڑ کر علیحدہ کرلیا جاتا ہے۔

پیداوار

200 سے 250 کلوگرام فی ایکڑ پیداوار ہوتی ہے لیکن اگر پکی ہوئی فصل کے موقعہ پر بارش ہوجائے تو فصل کا کافی نقصان ہوجاتا ہے۔

خواص

اسبغول کے بیجوں میں متعدد امینو ایسڈ ہوتے ہیں جن میں ویلائن ،گلاسین ،گلوٹامک ایسڈ ،لائی سین ،لیوسائن اہم ہیں اس کے علاوہ اسبغول کے بیجوں میں پایا جانے والا تیل 50 فیصد لائنو لیک ایسڈ پر مشتمل ہوتا ہے جو شریانوں کو سکڑنے اور تنگ ہونے سے روکتا ہے اور کولیسٹرول کو کم کرتا ہے۔

فائدے

- ☆ اس کے بیجوں کی تاثیر ٹھنڈی ہوتی ہے۔ تشنگی، گرمی کے بخار کے لیے بہت مفید ہے۔
- ☆ اس کے بیج پیچش اور گردے کی بیماریوں کے علاج کے کام آتے ہیں۔
- ☆ اسبغول کا چھلکا بچوں کے بگڑے ہوئے دستوں کے لیے جن کا کافی علاج کرایا گیا ہو مگر آرام نہ آتا ہو بہت شافی ہے۔
- ☆ اس کے جوشاندہ کی کُلی کرنا منہ کے جوش اور ورموں کے لیے مفید ہے۔
- ☆ اس کا چھلکا زیادہ تر آنتوں کے زخم اور پیچش میں استعمال ہوتا ہے۔

☆ اسبغول معدے کے السر کے لیے انتہائی مؤثر ہے ۔اس کے بیجوں میں پائی جانے والی گوند معدے اور انتڑیوں کی دیواروں پر تہہ جما دیتی ہے جس سے السر کی وجہ سے زخم بھر جاتا ہے اور درد میں بھی افاقہ ہو جاتا ہے۔

☆ اسبغول کے بیج بواسیر کا انتہائی موثر علاج ہیں اور قبض کو دور کرتے ہیں۔

☆☆☆


PSORALEA - BABCHI

باپچی

انگریزی نام Psoralea

نباتاتی نام Psoralea corylifolia

تعارف

یہ ایک قیمتی ادویاتی، جھاڑی نما، سدا بہار پودا ہے جو
کہ چار سے چھ فٹ تک اونچا ہوتا ہے۔ اس کی کئی
شاخیں نکلتی ہیں۔ ہر شاخ پر گچھے کی شکل میں بیج لگتا
ہے جس کا رنگ سیاہ ہوتا ہے۔ پودا لمبے قد کا ہوتا
ہے پودے کا تنا اور شاخیں کافی سخت ہوتی ہیں اس
لیے اس کے گرنے کا بہت کم امکان ہے۔ پودے
کو اگر دسمبر کے مہینہ میں سات آٹھ انچ زمین سے
اونچا کاٹ دیا جائے تو پودے کی جڑیں دوبارہ
پھوٹ آتی ہیں۔ اس طرح اس کی مونڈھی فصل بھی

لی جا سکتی ہے لیکن اس کی پیداوار بوئی ہوئی فصل کے مقابلہ میں کم ہوگی۔

زمین اور آب ہوا

زرخیز زمین جہاں آبپاشی کے لیے پانی وافر مقدار میں موجود ہو اس کی کاشت کے لیے موزوں ہے ہلکی ریتلی اور کلراٹھی زمینیں اس کی کاشت کے لیے بالکل موزوں نہیں ہیں۔ چونکہ پودے کی پانی کی ضروریات کافی ہیں اس لیے بارانی علاقوں میں اس کی کاشت سودمند نہیں رہتی۔ گرم مرطوب آب وہوا اسکی نشوونما کے لیے نہایت مناسب ہے۔

تیاری زمین

پانچ چھ مرتبہ ہل چلا کر اور سہاگہ پھیر کر مٹی کو باریک کر لینا چاہیے۔ اونچی نیچی زمین کو ہموار کرنا بھی ضروری ہے تاکہ ساری فصل کو یکساں مقدار

میں پانی دیا جا سکے ورنہ اونچی جگہوں پر اول تو پودے اگ نہیں سکیں گے کیونکہ وہاں پانی پہنچ نہیں سکے گا اگر کوئی پودا اگ بھی آیا تو اس کی مناسب نشوونما نہیں ہو سکے گی۔ زمین کو تیار کرتے وقت اس میں فی ایکڑ آٹھ یا دس گڈے گوبر کی گلی سڑی کھاد ایک جیسی مقدار میں سارے کھیت میں بکھیر دی جائے اور پھر ہل چلا کر اچھی طرح زمین میں ملا دیا جائے۔ کھاد اگر گلی سڑی نہ ہو تو فصل کو کیڑا لگنے کا خطرہ ہوتا ہے اس لیے کوشش کرنی چاہیے کہ جتنی گلی سڑی کھاد مل سکے حاصل کی جائے۔ بجائی کے وقت اگر ایک بوری یوریا اور ایک بوری ٹریل فاسفیٹ ڈال دی جائے تو اچھے نتائج نکلتے ہیں۔

شرح تخم

چار پانچ کلوگرام بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

وقت کاشت

مارچ کا مہینہ اس کی کاشت کے لیے نہایت موزوں ہے۔ ویسے اپریل میں بھی اس کی بجائی کی جاسکتی ہے۔

طریقہ کاشت

اس کی کاشت دو طرح سے ہوسکتی ہے۔

☆ ڈیڑھ ڈیڑھ فٹ کے فاصلے پر کھیلیاں بنائی جائیں اور ان کے اوپر نو انچ کے فاصلے سے بیج کے چوکے لگائیں۔

☆ وتر زمین میں ہموار سطح پر لائنوں میں بھی اس کی بجائی کی جاسکتی اس صورت میں زمین میں کافی نمی موجود ہونی چاہیے۔ دس بارہ روز میں اس کا اگاؤ مکمل ہوجاتا ہے۔

آب پاشی

کھیلیوں پر بجائی کی صورت میں بجائی کے فوراً
بعد پانی دینا چاہیے پانی اتنی مقدار میں دیا جائے
کہ اس کی نمی بیجوں تک پہنچ جائے اتنا زیادہ پانی
نہیں دینا چاہیے کہ کھیلیاں پانی میں ڈوب
جائیں اس صورت میں بیج کا اگاؤ نہیں ہوگا
کیونکہ سطح زمین پر سخت کرنڈ بن جاتا ہے اگر بجائی
ہموار زمین پر اچھے وتر میں کی گئی ہو تو پندرہ بیس
روز تک پانی نہیں دینا چاہیے تاکہ پودے کی
جڑیں نرم زمین میں مضبوط ہوسکیں۔ پندرہ بیس
دن بعد پہلا پانی دیں۔ بعد مین دو ہفتے کے وقفے
سے پانی دیتے رہیں تو فصل کی نشوونما تسلی بخش
طور پر جاری رہے گی۔

چھدرائی

جب پودے تین چار انچ کے ہو جائیں تو ان کی چھدرائی کر دینی چاہیے پودوں کے درمیان آٹھ نو انچ کا فاصلہ رہنا چاہیے تا کہ پودوں کی نشوونما کے لیے مناسب جگہ مل سکے۔

نلائی کرنا

دوران فصل دو تین مرتبہ نلائی کرنی چاہیے تا کہ جڑی بوٹیوں کی تلفی ہو سکے۔

برداشت

اس کے بیج مختلف اوقات میں پکتے ہیں اور ان کی چنائی جولائی کے مہینہ سے شروع ہو کر آخر نومبر تک جاری رہتی ہے۔ بعد ازاں اگر فصل مونڈھی رکھنا مقصود ہو تو پودوں کو سات یا آٹھ انچ سطح زمین سے اوپر کاٹ دینا چاہیے باقی ماندہ پودا دوبارہ پھوٹ آتا ہے جس سے مونڈھی فصل لی جا سکتی ہے۔

پیداوار

اس کی پیداوار اچھی زمین سے 500 کلوگرام فی ایکڑ تک لی جاسکتی ہے۔

فائدے

- ☆ اس کے بیج خوشبودار تیل بنانے میں استعمال ہوتے ہیں۔
- ☆ اس کے بیجوں کا پاؤڈر کوڑھ کی بیماری کے لیے بہت مفید ہے۔
- ☆ اس کے بیجوں سے نکالا ہوا تیل مختلف بیماریوں میں استعمال ہوتا ہے۔
- ☆ اس کے بیج سانپ کے کاٹنے، بچھو کے کاٹنے اور جلدی بیماریوں میں کثرت سے استعمال کیے جاتے ہیں۔
- ☆ خون کی صفائی میں مفید ہے اور پیٹ کے کیڑوں کو

مارتی ہے۔

☆ بیرونی طور پر برص (چہرے کے سفید داغ) پر اس کا سفوف مکھن میں ملا کر لیپ کرتے ہیں

☆ مصفی خون ہونے کی وجہ سے امراض فساد خون جذام، برص اور بواسیر وغیرہ میں تلوں یا کالی مرچ کے ہمراہ سفوف کی شکل میں نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کرتے ہیں۔

احتیاط

کسی تجربہ کار حکیم کی ہدایات پر اس کا استعمال کیا جائے کیونکہ اس کے سفوف کی زائد مقدار کا استعمال قے اور اسہال کا سبب بنتا ہے نیز یہ بھی کہا گیا ہے کہ اس کا کثرت سے استعمال بصارت کے لیے خطرناک ہے۔

☆☆☆


HORSE BEEN- BAKLA

باکلہ

انگریزی نام	Horse been
نباتاتی نام	Vicia faba

تعارف

زمانہ قدیم سے ہمارے زمیندار بڑی بڑی فصلوں
مثلاً کپاس، گندم اور مکئی وغیرہ کی کاشت میں دلچسپی
لیتے رہے ہیں۔ یہ فصلیں چونکہ نبی نوع انسان کو
روٹی اور لباس مہیا کرتی ہیں اس لیے ان فصلوں
سے زمیندار کی دلچسپی ایک قدرتی امر ہے۔ ان
فصلوں کے علاوہ بعض فصلیں مثلاً سونف، اجوائن
خراسانی، کاہو، سوئے وغیرہ معمولی نوعیت کی سمجھ کر
نظر انداز کی جاتی رہی ہیں۔ حالانکہ ان فصلوں کا
انسانی صحت سے بہت گہرا تعلق ہے۔ ہمارے

کسان اپنی گھریلو ضروریات کے لیے سونف
سوئے اور اجوائن وغیرہ اپنے کھیتوں میں اگا لیتے
ہیں لیکن چونکہ ان کی کاشت محدود پیمانے پر کی
جاتی ہے اس لیے اس سے ملکی ضروریات پوری
نہیں ہو سکتیں لہذا حکومت کو ملکی ضروریات پوری
کرنے کے لیے یہ چیزیں باہر سے درآمد کرنی پڑتی
ہی اس طرح ہم اپنا قیمتی زرمبادلہ ان معمولی
چیزوں پر ضائع کر دیتے ہیں ۔جنہیں ہم اپنے
ملک میں کامیابی سے کاشت کر سکتے ہیں ۔ یہ
معمولی نوعیت کی فصلیں جن کا براہ راست تعلق
انسانی صحت سے ہے۔تمام نوعیت کی فصلوں مثلاً
کپاس اور گندم وغیرہ کے مقابلہ میں زیادہ آمدنی
دیتی ہیں ۔ایک ایسی یہ فصل باکلہ کی ہے۔باکلہ کا
پودا دو اڑھائی فٹ اونچا ہوتا ہے مٹر کے پودے کی

طرح اس پودے کو بھی پھلیاں لگتی ہیں۔ جن میں
سے چھ سے پانچ دانے فی پھلی نکلتے ہیں پہلے
پھلیوں اور دانوں کا رنگ سبز ہوتا ہے۔ لیکن جب
پھلیاں اور دانے پک جاتے ہیں تو ان کا رنگ سیاہ
ہو جاتا ہے۔ سبز حالت مین پھلیان سبزی کے طور
پر کھائی جاتی ہیں لیکن جب پک جاتی ہیں تو اس
کے دانے بطور دوا استعمال ہوتے ہیں۔ پھلیاں
سبزی کے طور پر کھائی جائیں یا فروخت کی جائیں
تو کم آمدن دیتی ہیں۔ لیکن پکی ہوئی فصل زیادہ
آمدنی کی ضامن ہے۔ باکلہ کا پودا زمین کی
زرخیزی کو بڑھاتا۔ کیونکہ اس کی جڑوں کے ساتھ
زرخیزی کو بڑھانے والی گھنڈیاں
(Nodules) گچھے کی صورت میں پائی جاتی
ہیں جن میں ننھے جراثیم ہوتے ہیں۔ یہی

جراثیم زمین میں زرخیزی کو بڑھاتے ہیں۔ اسطرح یہ فصل دوہرا فائدہ دیتی ہے ایک تو اس سے اچھی خاصی آمدن ہوجاتی ہے اور دوسرے زمین کی زرخیزی بڑھتی ہے۔

زمین کی تیاری اور وقت کاشت

چار پانچ مرتبہ زمین میں ہل چلا کر اس کو باریک کرلینا چاہیے۔ اونچی نیچی زمین کو ہموار کرنا بھی ضروری ہے تاکہ کھیت میں یکساں مقدار میں پانی دیا جاسکے۔ تیاری کرتے وقت دس بارہ گڈے گوبر کی کھادفی ایکڑ جوکہ گلی سڑی ہو زمین میں ملا دینی چاہیے اس سے پیداوار میں خاطر خواہ اضافہ ہوتا ہے۔

وقت کاشت

ماہ اکتوبر بوائی کے لیے نہایت موزوں ہے۔

زمین و آب ہوا

سیلابہ اور کلراٹھی زمینوں کے علاوہ ہر قسم کی زمین اس کی کاشت کے لیے موزوں ہے آب پاشی کے لیے پانی وافر مقدار میں ہونا چاہیے۔

طریقہ کاشت اور آبپاشی

ڈیڑھ ڈیڑھ فٹ کے فاصلے پر بنی ہوئی کھیلیوں کے سروں پر سات سے آٹھ انچ کے فاصلے پر ایک ایک بیج بویا جاتا ہے۔ بیج ایک انچ کی گہرائی پر بونا چاہیے جس سے بہتر اگاؤ ہوتا ہے دوسرا طریقہ ہموار زمین میں کاشت کرنے کا ہے راؤنی کر کے زمین میں دو مرتبہ ہل چلائیں اور سہاگہ پھیریں اور پھر اچھے وتر میں ہی بذریعہ ڈرل اس کی بوائی کریں اور قطاروں سے قطاروں کا فاصلہ ایک فٹ رکھیں۔ دس بارہ دن میں اگاؤ مکمل ہو جاتا ہے۔ پھر بیس پچیس

دن تک فصل کو پانی نہ دیں تا کہ پودوں کی جڑیں اچھی طرح مضبوط ہو جائیں۔اس کے بعد دو ہفتہ کے وقفے سے پانی دیتے رہیں۔ کھیلیوں پر بوائی کی صورت میں بوائی کے فوراً بعد پانی دے دیا جاتا ہے تا کہ بیج کو نمی مناسب مقدار میں مل سکے۔ پانی اتنی زیادہ مقدار میں نہ دیا جائے کہ کھیلیاں اس میں ڈوب جائیں کیونکہ اس صورت میں بیج نہیں اگتا یا اس کا اگاؤ بہت کمزور ہوتا ہے۔پھر ایک ہفتہ کے بعد دوسرا پانی دیں تو بیج اگنا شروع ہو جائے گا ۔اگر اگاؤ مکمل نہ ہو تو تیسرا پانی بھی ایک ہفتہ کے بعد دے دیں جس سے اگاؤ مکمل ہو جائے گا۔اس کے بعد پھر پندرہ سے بیس دن کے وقفہ سے پانی دیں۔

شرح تخم

ایک کلو بیج فی ایکڑ کافی ہے۔

برداشت

جب فصل پکنے کے قریب ہوتی ہے تو اس کے پتے پہلے پیلے پڑ جاتے ہیں اور جھڑنے لگتے ہیں یہ جھڑے ہوئے پتے زمین کی زرخیزی میں اضافہ کرتے ہیں ۔ مارچ کے مہینہ میں فصل پکنا شروع ہو جاتی ہے اپریل میں مکمل طور پر پک جاتی ہے جس کی کٹائی کر لی جاتی ہے ۔ اگر پہلے پکی ہوئی پھلیوں کا زمین پر گرنے کا اندیشہ ہو تو ان کی چنائی پہلے بھی کی جا سکتی ہے اس طرح دو چنایاں کرنے کے بعد تیسری دفعہ فصل کی کٹائی کر لیں ۔ کاٹی ہوئی فصل کو ایک ہفتہ تک دھوپ میں سکھائیں ۔ ڈنڈے سے پھلیاں کوٹ کر بیج علیحدہ کر کے بوریاں بھر لیں ۔

پیداوار

800 سے 900 کلوگرام فی ایکڑ۔

فوائد

☆ اس کا تنا اور پتے شراب کے خمار کو دور کرتے ہیں اور شرابی کو ہوش میں لاتے ہیں۔

☆ اسے پکا کر بطور سبزی بکثرت استعمال کیا جاتا ہے۔

☆ بلغم اور ورموں کے لیے مفید ہے لیکن ہوا پیدا کرتا ہے کھانسی کو تسکین دیتا ہے۔

☆ ورموں کو پکانے کے لیے پیس کر لیپ کرتے ہیں ۔☆چہرے کی سیاہی، کیل اور سیاہ داغ دور کرنے کے لیے بطور ابٹن استعمال کرتے ہیں۔

☆ دیسی طب کے بہت سے نسخوں میں استعمال ہوتا ہے۔


MINT- PODINA

پودینہ

انگریزی نام **Mint**

نباتاتی نام **Mentha veridis**

تعارف

پودینہ ایک مشہور اور نہایت خوشبودار پودا ہے جس کی جڑیں زمین پر پھیلی ہوتی ہیں ۔ یہ قصبوں ، دیہاتوں اور شہروں میں ہر جگہ ملتا ہے عام طور پر اس کو خوشبو کے لیے سالن میں ڈالتے ہیں اس کا پودا کبھی سیدھا ہوتا ہے۔کبھی زمین پر پھیلا ہوا اور اکثر ایک سے تین فٹ تک لمبا ہوتا ہے۔اس کے پتے بغیر ڈنڈی کے ہوتے ہیں اور شکل میں لمبے اور دونوں کناروں سے تنگ ہوتے ہیں اور بعض اوقات پینیدے کی طرف سے چوٹی کی نسبت

چوڑے ہوتے ہیں اور انڈے کی شکل کے مشابہ ہوتے ہیں۔ یہ پتے دندانے دار بھی ہوتے ہیں اور دندانوں کے بغیر بھی۔ پیندے کی طرف سے گول بھی ہوتے ہیں یا دل کی شکل کے مشابہ اوپر کی سطح بردار اور نیچے کی سطح گاڑھی بردار، اس پودا کے پھل چھوٹے، پیلے رنگ کے اور ہموار ہوتے ہیں۔ بعض اوقات یہ بھورے رنگ کے بھی ہوتے ہیں۔ اور نہایت احتیاط سے بنے ہوئے جال کا خاکہ پیش کرتے ہیں۔ پھول کثیر التعداد ہوتے ہیں۔ یہ عام طور پر کھیتوں اور باغوں میں لگایا جاتا ہے۔ اور بڑے شوق سے کھایا جاتا ہے۔

زمین کی تیاری

یہ پاکستان مین ہر جگہ نہایت کامیابی سے کاشت کیا جاتا ہے۔ زمیندار اور باغبان حضرات چھوٹی چھوٹی

کیاریوں میں اس کو لگاتے ہیں۔ یہ درمیانی زرخیز زمینوں میں خوب پھلتا پھولتا ہے۔زمین کو چار پانچ مرتبہ ہل وسہاگہ چلا کر تیار کیا جاتا ہے۔اونچی نیچی زمین کو ہموار بھی کر لینا چاہیے تا کہ ہر جگہ پانی باآسانی دیا جا سکے۔چھوٹی کیاریوں کی صورت میں اس کی تیاری کسی کی مدد سے جا سکتی ہے۔

کھاد

گوبر کی کھاد زمین کی تیاری کے وقت ضرور ڈالنی چاہیے اور اس کو زمین میں اچھی طرح ملا دینا چاہیے۔تجربات سے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ گوبر کی کھاد اس فصل کے لیے بہت اچھی رہتی ہے اس مقصد کے لیے آٹھ یا دس گڈے کھاد گوبر فی ایکڑ ڈالنی چاہیے۔بعد ازاں اس فصل کی ہر دوسری

تیسری کٹائی لینے کے بعد اس کو نائٹروجن کھاد دے دینی چاہیے تاکہ فصل کی بڑھوتری جلدی ہو سکے نائٹروجن کے لیے ایک بوری یوریا فی ایکڑ کے حساب سے چھٹا دے کر پانی دے دینا چاہیے۔

بجائی کا وقت

اس کی بجائی پتوں والے تنوں کے ساتھ کی جاتی ہے اور ان کی جڑیں بھی ساتھ ہونی چاہئیں۔

زیادہ گرم یا زیادہ سرد موسم کے علاوہ اسکی بجائی ہر وقت کی جا سکتی ہے۔

اس طرح اس فصل کی بہم رسانی سال بھر کے لیے جاری رہتی ہے۔

تنوں کو ایک فٹ کے فاصلے پر لائنوں میں لگاتے ہیں۔

اور پودے سے پودے کا فاصلہ چھ انچ رکھتے ہیں۔

آب پاشی

بجائی کے فوراً بعد پانی دینا چاہیے۔ بعد ازاں گرمیوں میں ایک ہفتے کے وقفہ سے اور سردیوں میں دو یا تین ہفتوں کے بعد پانی دیتے ہیں۔

گوڈی

جڑی بوٹیوں کی تلفی بہت ضروری ہے اس مقصد کے لیے اس فصل کی گوڈی کی جاتی ہے۔

اور اتنی گوڈیاں کرنی چاہیئں جتنی جڑی بوٹیوں کی صفائی کے لیے ضروری سمجھی جائیں۔

بعد ازاں جب یہ پودے آپس میں مل جائیں تو گوڈی کا عمل مشکل ہو جاتا ہے۔ اس صورت میں جڑی بوٹیوں کی صفائی درانتی سے کرتے رہنا چاہیئے۔

پیداوار

ایک ایکڑ سے سال میں 50 سے 60 من تازہ پودینہ حاصل ہوتا ہے۔

فائدے

☆ اسے درد شکم اور بھوک کی کمی میں استعمال کرتے ہیں

☆ قے کی صورت میں بھی مفید ہے۔

☆ معدے کی ہوا خارج کرنے میں بھی بہت مفید ہے۔

☆ پیشاب اور پسینہ لاتا ہے۔

☆ ہیضہ میں بہت مفید ہے۔

☆ پودینہ کا جوہر بھی نکالا جاتا ہے۔ جو پودینہ کے ست کے نام سے مشہور ہے۔

☆ جگر اور معدہ کی تکالیف کے لیے مفید ہے۔

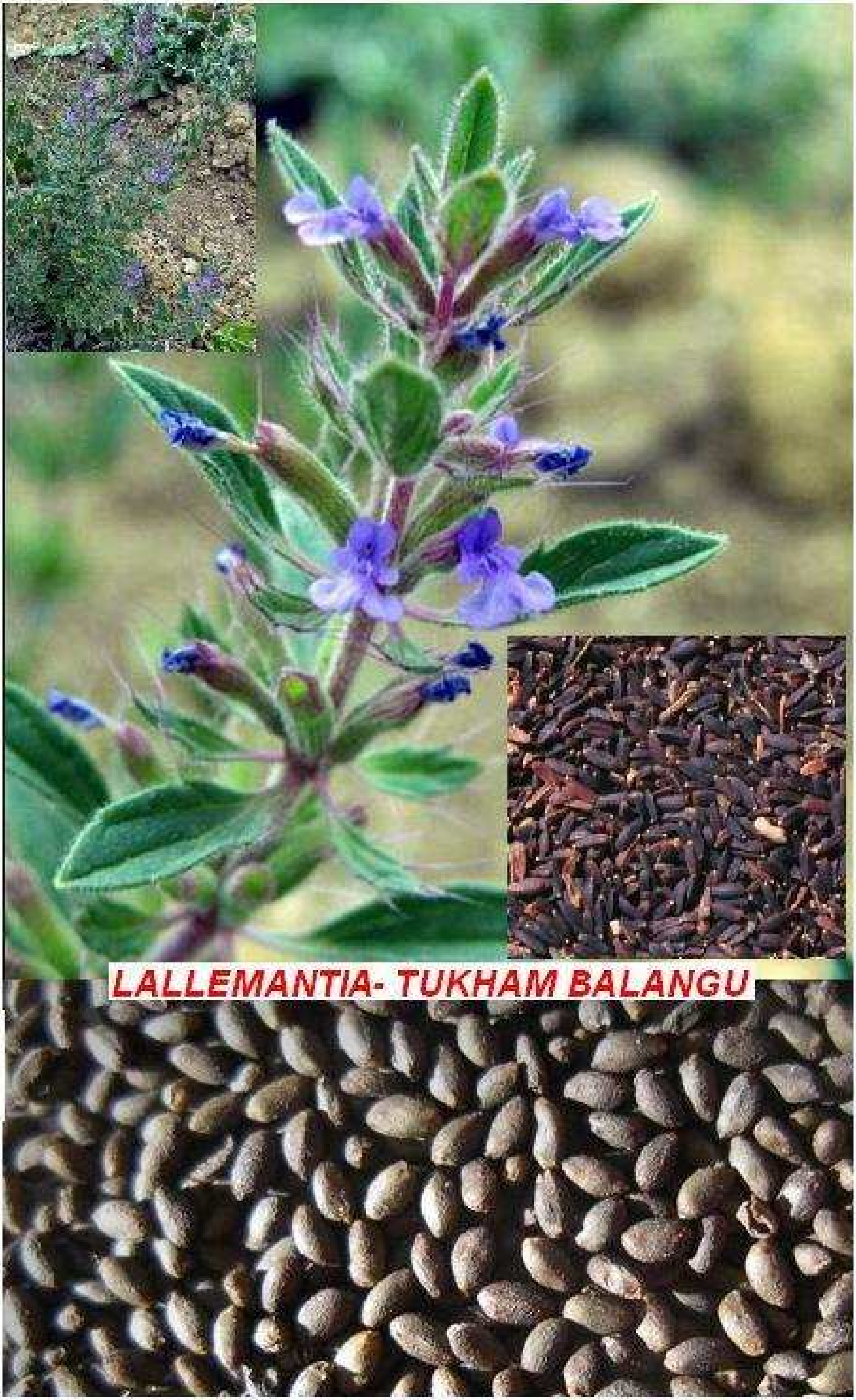
☆ قولنج کے لیے بھی فائدہ مند ہے

☆ اس کا پانی کان، ناک، میں ڈالنے سے کیڑے مرجاتے ہیں۔

☆ بلی، نیولے اور چوہے نے کاٹ لیا ہو یا بھڑ اور بچھو نے ڈنگ مارا ہو تو پودینہ پیس کر لگانے سے آرام آجاتا ہے۔

☆ اور یہ وٹامن حاصل کرنے کا عمدہ ذریعہ ہے۔

☆☆☆


LALLEMANTIA- TUKHAM BALANGU

تخم بالنگو

انگریزی نام Lallemantia

نباتاتی نام Lallemantia royleana

تعارف

تخم بالنگو کا پودا ڈیڑھ تا دو فٹ اونچا ہوتا ہے اس کے پتے بنفشی مائل سبز ہوتے ہیں۔ یہ لمبی ٹہنیوں کے ساتھ گچھوں کی صورت میں لگتے ہیں۔ اس کے بیج ٹھنڈی تاثیر رکھتے ہیں اور موسم گرما میں شربت وغیرہ میں استعمال ہوتے ہیں اس کے بیج کے سیاہ خول کے اوپر ایک جھلی ہوتی ہے جو پانی چوسنے پر نرم ہو کر پھول جاتی ہے۔

مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کر کے اس کی کامیاب کاشت کی جا سکتی ہے۔

زمین کا انتخاب

زمین کو اچھی طرح تیار کر کے اس کی بجائی کرنی چاہیے زرخیز اور ہلکی زرخیز زمینوں میں اس کی کاشت کی جانی چاہیے آب پاش علاقے اس کی کاشت کے لیے موزوں ہیں۔

زمین کی تیاری

تین چار مرتبہ ہل چلا کر اور سہاگہ پھیر کر زمین کو تیار کر لیا جاتا ہے راؤنی کر کے دو دفعہ ہل چلا کر سہاگہ پھیریں تاکہ مٹی باریک ہو جائے زمین کی سطح اونچی نیچی ہو تو کراہ پھیر کر زمین کو ہموار کر لینا چاہیے تاکہ پانی سارے رقبے میں یکساں مقدار میں دیا جا سکے زمین کی تیاری کے وقت پانچ چھ گڈے کھاد گوبر فی ایکڑ جو اچھی گلی سڑی ہو زمین پر پھیلا دیں اور ہل چلا کر اچھی طرح زمین میں ملا دیں۔

شرح بیج

اڑھائی کلوگرام بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

کاشت کا وقت

اکتوبر کا مہینہ اس کی بجائی کے لیے بہترین ہے ۔دیر سے بوئی ہوئی فصل سے اچھے نتائج برآمد نہیں ہوتے اس لیے طریقہ کاشت اور وقت کاشت کا خاص خیال رکھنا چاہیے۔

بونے کا طریقہ

اس فصل کو دو طریقوں سے بویا جاسکتا ہے۔

☆ ڈیڑھ فٹ کے فاصلے پر کھیلیاں بنائی جاتی ہیں اور ان کے اوپر سات آٹھ انچ کے فاصلے سے چوکے لگادئے جاتے ہیں بیج زیادہ گہرا نہیں بونا چاہیے ۔آدھا انچ سے ایک انچ کی گہرائی مناسب ہے۔

☆ وتر زمین میں بھی اس کی کاشت کی جاسکتی ہے ایک

فٹ کے فاصلے سے لائنوں میں بونا زیادہ مناسب ہے اس صورت میں بھی بیج زیادہ گہرا نہ بویا جائے ورنہ اگاؤ اچھا نہ ہوگا کھیت میں وتر زیادہ ہونا چاہیے۔تاکہ بیج مناسب نمی پاکر اگ سکے۔

آب پاشی

اگر کھیلیوں پر بجائی کی گئی ہے تو بجائی کے فوراً بعد پانی لگا دینا چاہیے پانی اتنی مقدار میں لگایا جائے کہ پانی کی نمی کھیلیوں کے اوپر بوئے ہوئے بیجوں تک پہنچ سکے۔زیادہ مقدار میں پانی لگانے سے خطرہ ہے کہ کھیلیاں ڈوب جائیں گی جس سے سطح زمین پر کرنڈ بن کر اگاؤ کو بری طرح متاثر کرتا ہے بیج اگنے کے دو ہفتے بعد فصل کو ہفتہ دس دن کے وقفے سے پانی دیتے رہنا چاہیے فروری کے آخر میں پانی کم دیا جائے کیونکہ اس وقت بیج پکنا شروع ہو جاتا ہے۔

چھدرائی ونلائی

جب پودے تین یا چار انچ کے ہو جائیں تو ان کی چھدرائی کردینی چاہیے اور ایک جگہ پر ایک ہی پودا رہنے دینا چاہیے۔تا کہ پودے اچھی طرح نشوونما پا سکیں۔پودے سے پودے کا فاصلہ چار پانچ انچ رکھنا چاہیے دو تین دفعہ فصل کی نلائی بھی کردینی چاہیے تا کہ جڑی بوٹیاں زور نہ پکڑسکیں۔

برداشت

ماہ فروری کے آخر میں بیج پکنا شروع ہو جاتا ہے اور مارچ کے مہینے میں فصل مکمل طور پر پک جاتی ہے اور اسے کاٹ لیا جاتا ہے اور پھر پودوں کو کاٹ کر ایک ہفتہ تک دھوپ میں خشک کیا جاتا ہے اور پھر چھڑیوں سے کوٹ کر ان کا بیج علیحدہ کرلیا جاتا ہے۔

پیداوار

250 کلوگرام فی ایکڑ تک حاصل ہوتی ہے۔

فوائد

- ☆ قبض اور پیٹ کے اپھارے کی بیماریوں کے لیے مفید ہے۔
- ☆ پیشاب کی تکلیف کی صورت میں یہ ایک آرام دہ مشروب ہے۔
- ☆ جلے ہوئے حصوں پر بھی اس کو لگاتے ہیں۔
- ☆ پیاس سے تسکین حاصل ہوتی ہے۔
- ☆ پیچش اور مروڑ کو زائل کرتا ہے۔
- ☆ خونی دستوں میں مفید ہے۔
- ☆ دل کی کمزوری اور وحشت میں مفید ہے۔
- ☆ معدے کی تیزابیت کو دور کرتا ہے
- ☆ بار بار پیاس لگنے کی کیفیت کو کم کرتا ہے۔
- ☆ اس کو پانی میں ملا کر سر پر لگانے سے سر درد میں آرام ملتا ہے۔


HOLY BASIL - TULSI

تلسی

انگریزی نام **Holy Basil**

نباتاتی نام **Ocimum sanctum**

تعارف

یہ ایک سیدھا سالانہ بغیر بُر کے ایک سے تین فٹ تک اونچا پودا ہوتا ہے۔اس پودے کا تعلق پودینہ کے خاندان سے ہے۔ہندوستان کے لوگ اس بات پر اعتقاد رکھتے ہیں کہ اگراس پودے کو گھروں یا گرجا گھروں کے گرد لگادیا جائے تو یہ لوگوں کے خوش رہنے کی ضمانت ہوتی ہے۔اس کے تازہ پتے چمکدار سبز رنگ کے ہوتے ہیں اور تقریباً ڈیڑھ انچ لمبے ہوجاتے ہیں۔خشک ہونے پر ان کی رنگت بھوری سبز ہوجاتی ہے۔اور یہ چڑمڑ ہوجاتے

ہیں۔اس پودے کی خوشبو میٹھی کچھ حد تک تیز اور خاص قسم کی ہوتی ہے۔اسکے پتوں میں نقطوں کی مانند غدود پائے جاتے ہیں جن میں خوشبو دار بکھلا رہنے کی صورت میں اڑ جانے والا تیل بھرا ہوتا ہے۔اسکے ڈنڈی دار پھولوں کا رنگ سفید ہوتا ہے اور انکے دو ہونٹ ہوتے ہیں اور وہ ایک لمبی ڈنڈی پر ترتیب سے لگے ہوتے ہیں سب سے پرانا پھول ڈنڈی کے شروع میں اور نیا پھول ڈنڈی کے سر پر پایا جاتا ہے۔اس کی تخم ریزی چونکہ دوسرے پودوں سے ہو جاتی ہے۔اس لیے اس کی بہت سی اقسام پائی جاتی ہیں۔اس پودے کا عطر،لونگ کے عطر کی مانند خوشبودار اور کچھ حد تک نمکین ہوتا ہے۔اس پودے کو پاکستان کے میدانی علاقوں میں بڑی آسانی سے کاشت کیا جاتا ہے۔

زمین وآب وہوا

یہ پودا پاکستان میں تقریباً ہر جگہ سوائے سیلابہ اور کلراٹھی زمینوں میں بڑی آسانی سے اگایا جاسکتا ہے۔میرا زمین سب سے موزوں زمین خیال کی جاتی ہے۔

زمین کی تیاری

پانچ، چھ مرتبہ ہل وسہاگہ چلاکر زمین کو اچھی طرح تیار کرلیا جاتا ہے۔غیر ہموار زمین کو ہموار بھی کر لینا چاہیے تاکہ سارے کھیت میں پانی یکساں طور پر دیا جاسکے۔

کھاد

اس فصل کے لیے گوبر کی کھاد بہت ضروری ہے ۔اس لیے زمین تیار کرتے وقت اس میں چودہ پندرہ گڈے کھاد گوبر فی ایکڑ جو کہ اچھی طرح گلی سڑی ہو ڈال لینی چاہیے اور اس کو سارے کھیت میں یکساں طور پر بکھیر دینا چاہیے۔

بجائی کا وقت

اسکی بجائی فروری سے اپریل تک کی جا سکتی ہے۔ مارچ کا مہینہ اس کی کاشت کے لیے موزوں ہوتا ہے۔

شرح تخم

تین کلو بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

طریقہ بجائی

ڈیڑھ ، دو فٹ کے فاصلہ پر کھیلیاں بنا کر اسکی بجائی کی جاتی ہے۔ کھیلیوں پر ایک فٹ کے فاصلہ پر اس کی چٹکیاں لگائی جاتی ہیں یا کھیلیوں کے سر پر لکڑی سے لکیر کھینچ کر اس میں بیج ڈال دیا جاتا ہے اور اس پر ہلکی سی مٹی ڈال دیتے ہیں۔

آب پاشی

بجائی کے فوراً بعد پانی لگا دینا چاہیے اس کو پانی بڑی احتیاط سے لگانا چاہیے اگر کھیلیاں پانی میں ڈوب

جائیں تو اس کا اگاؤ نہیں ہوتا پانی اتنا کم بھی نہیں لگانا چاہیے کہ اس کی نمی ہی بیجوں تک نہ پہنچ سکے ۔پہلے دو تین پانی ایک ہفتہ کے وقفہ سے دیتے رہیں ۔اس عرصہ میں اگاؤ مکمل ہو جائے گا بعد ازاں پانی پندرہ دن کے وقفہ سے دینا چاہیے۔

گوڈی

دوران فصل دو تین گوڈیاں کر دینی چاہیے اس سے فصل جڑی بوٹیوں سے صاف رہے گی۔

نلائی و چھدرائی

جب پودے اگ کر تین، چار انچ کے ہو جائیں تو ان کی چھدرائی کر دینی چاہیے اور ایک جگہ پر دو تین پودے رہنے دینے چاہئیں ۔جب یہ پودے سات آٹھ انچ کے ہو جائیں تو ان کی مزید چھدرائی کر دیں تا کہ ایک جگہ پر صرف ایک ہی پودا رہ جائے۔

برداشت

تلسی کی فصل ستمبر، اکتوبر میں پکنے لگتی ہے۔ پوری فصل ایک ہی دفعہ نہیں پکتی۔ پکی ہوئی تلسی کی چنائی کر لی جاتی ہے اور کچے پھل کو پکنے کے لیے چھوڑ دیا جاتا ہے اور جوں جوں پھل پکتا جاتا ہے اس کی چنائی جاری رہتی ہے جب چنائی مکمل ہو جائے تو فصل کو برداشت کر لیا جاتا ہے۔

فوائد و استعمال

☆ تلسی کے پتے اعصاب کو مضبوط اور یادداشت کو تیز کرتے ہیں

☆ معدہ کو طاقتور بناتے ہیں۔

☆ یہ کئی قسم کے بخاروں، گلے کی خراش اور سانس کی بیماریوں کا شافی علاج ہے۔

☆ گردوں میں پتھری کی صورت میں تلسی کے پتوں کا

رس اور شہد باقاعدگی سے استعمال کیا جائے تو پتھری ٹوٹ کر پیشاب کے ذریعے خارج ہو جاتی ہے۔

☆ تلسی سر درد کا موثر علاج ہے اس کے پتوں کا جوشاندہ پینے سے سر درد دور ہو جاتا ہے۔

☆ تلسی نزلہ و زکام میں بھی مفید ہے اس کے پتوں کا سفوف بنا کر سونگنا بند ناک کھولنے میں کار آمد ہے۔

☆ تلسی کے بیج اسہال، پرانی پیچس، بواسیر اور کھانسی کا موثر علاج ہیں۔

☆ تلسی کا تیل کیڑے مکوڑوں کو ہلاک کرنے کا اچھا ذریعہ ہے

☆ جہاں تلسی کا پودا ہو وہاں مکھی مچھر وغیرہ نہیں آتا۔

☆☆☆


CORIANDER - DHANIYA

دھنیا

انگریزی نام **Coriander**

نباتاتی نام **Coriandrum sativum**

تعارف

اس کے پتے گھروں میں سبزی کی طرح بکثرت استعمال ہوتے ہیں ۔اس کا پودا تین یا چار فٹ اونچا ہوتا ہے اور بہت عمدہ قسم کی مہک پیدا کرتا ہے اور مصالحہ دار پودا ہے۔

زمین اور آب و ہوا

پاکستان میں تقریباً ہر جگہ اس کی کاشت کی جا سکتی ہے مگر زرخیز زمین اور آب پاشی والے علاقوں میں دھینا کا پودا بڑی سرعت سے نشوونما پاتا ہے ۔تھور وسیم زدہ زمین اس کی کاشت کے لیے موزوں نہیں ہے۔

زمین کی تیاری

بونے سے پہلے زمین تین چار مرتبہ ہل چلا کر باریک کر لینی چاہیے اونچی نیچی زمین ہو تو اس کو ہموار کر لینا چاہیے زمین کو تیار کرتے وقت اس میں آٹھ دس گڈے کھاد گوبر فی ایکڑ جو کہ اچھی طرح گلی سڑی ہو کھیت میں ڈال دی جائے اور اس کو زمین میں ہل چلا کر اچھی طرح ملا دینا چاہیے اس سے پیداوار میں خاطر خواہ اضافہ ہوتا ہے۔ بعد ازاں اگر کسی وجہ سے پودوں کی بڑھوتری کی رفتار سست ہو تو اس میں زمین کی زرخیزی کو مدنظر رکھتے ہوئے نائٹروجنی کھاد ڈال کر پیداوار میں مزید اضافہ کیا جا سکتا ہے۔

طریقہ کاشت

اس کی کاشت کے تین طریقے ہیں۔

☆ اچھے وتر میں ڈیڑھ فٹ کے فاصلے پر لائنوں میں کاشت کریں۔

☆ کھیلیاں بنا کر ان کے سروں پر بھی اس کاشت کی جاسکتی ہے۔

☆ زمین تیار کر کے اچھے وتر میں اس کا چھٹا دے دیں اور بعد میں بار ہیرو چلادی جائے تا کہ بیج زمین میں مل جائے اور بعد میں ہلکا سا سہاگہ دیں۔

کھیلیوں پر بجائی کرنا مقصود ہو تو بجائی کرنے کے بعد پانی دینا چاہیے۔ پانی اتنی مقدار میں دیا جائے کہ اس کی نمی کھیلیوں کے سروں پر بوئے ہوئے بیج تک پہنچ جائے۔ پانی اتنا زیادہ نہ دیں کہ کھیلیاں ڈوب جائیں۔ اس صورت میں بیج اگ نہیں سکتا۔ چھٹے سے یا ہموار زمین پر لائنوں میں اس کی کاشت کرنی مقصود ہو تو یہ بات ضرور ذہن نشین رکھنی چاہیے کہ زمین میں کافی مقدار میں وتر موجود ہو، دس بارہ روز تک اگاؤ مکمل ہو جاتا ہے۔

وقت کاشت

یکم اکتوبر تا وسط نومبر موزوں وقت کاشت ہے۔
شروع فروری میں بھی اس کی بجائی کی جاتی ہے۔

شرح تخم

آٹھ کلو فی ایکڑ بیج درکار ہوتا ہے۔

آب پاشی

اگر وتر میں بجائی کی گئی ہو تو فصل کے اگنے کے بعد پندرہ بیس روز تک پانی نہ دیا جائے تا کہ پودے کی جڑیں اچھی طرح مضبوط ہو جائیں پندرہ بیس دن کے بعد پانی دیا جائے۔

کھیلیوں پر خشک بجائی کی صورت میں بجائی کے فوراً بعد پانی دیا جائے تا کہ بیج نمی پا کر اگ سکیں دوسرا پانی ایک ہفتہ بعد دیا جائے تا کہ بیج کا اگاؤ مکمل ہو سکے اگاؤ مکمل ہونے کے بعد پندرہ بیس دن کے وقفہ سے پانی دیا جائے۔

چھدرائی کرنا

چار پانچ انچ کے پودے ہو جائیں تو ان کی چھدرائی کردینی چاہیے اور پودے سے پودے کا فاصلہ 9 سے 12 انچ تک برقرار رکھا جائے تاکہ پودا پوری طرح نشوونما پاسکے۔ یاد رکھئے کہ صحت مند پودا ہی صحت مند بیج پیدا کرنے کا ضامن ہوتا ہے۔

نلائی

دوران فصل دو تین دفعہ گوڈی کردینی چاہیے تاکہ جڑی بوٹیوں کی تلفی ہوتی رہے اور فصل کے پودے اپنی غذا زمین سے حاصل کرسکیں۔

برداشت

سبزی کے طور پر استعمال کرنے کے لیے اس فصل کی تین چار کٹائیاں لی جاسکتی ہیں۔ کٹائی کر لینے

کے بعد زمین کی زرخیزی کو مدنظر رکھتے ہوئے اگر نائٹروجنی کھاد فصل کو دے دی جائے تو فصل کی بڑھوتری تیز ہو جاتی ہے اور فصل تھوڑے عرصے میں ہی اگلی کٹائی کے لیے تیار ہو جاتی ہے۔ تین یا چار کٹائیاں لینے کے بعد فصل کو بیج کے لیے چھوڑ دیا جاتا ہے اور بیج کی اچھی خاصی مقدار حاصل ہو جاتی ہے۔

پیداوار

350 سے 400 کلوگرام فی ایکڑ ہے۔

برداشت اور سکھانے کا طریقہ

فصل کو برداشت کرتے وقت یہ دیکھ لینا چاہیے کہ دانے ابھی سبز رنگت کے ہی ہوں لیکن اپنا قد پورا کر چکے ہوں۔ فصل برداشت کرنے کے بعد اسے سائے میں سکھانا چاہیے تاکہ دانوں کی رنگت خراب

نہ ہو جائے۔ جب خشک ہو جائے تو بیج کو چھڑیوں
کے ذریعہ علیحدہ کر کے بوریوں میں بھر لیں بیج کے
زیادہ پک جانے کی صورت میں ان کی کوالٹی خراب ہو
جاتی ہے اور منڈی میں کم قیمت پڑتی ہے۔

خواص

دھنیا کے بیجوں میں 11.2 فیصد رطوبت، 14.1
فیصد پروٹین، 14.1 فیصد چکنائی، 4.4 فیصد
معدنیات، 32.6 فیصد ریشہ اور 21.6 فیصد کا
ربوہائیڈریٹس ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ کیلشیم
، فاسفورس، آئرن اور بہت سے ترشے اور وٹامن
سی بھی خاصی مقدار میں پایا جاتا ہے۔

فائدے اور استعمال

☆ دھنیا کا استعمال خون میں کولیسٹرول کی سطح کم کرتا ہے۔

☆ اس کا بیج بطور مصالحہ استعمال ہوتا ہے۔ اس کا بیج ہاضمہ دار ہوتا ہے۔

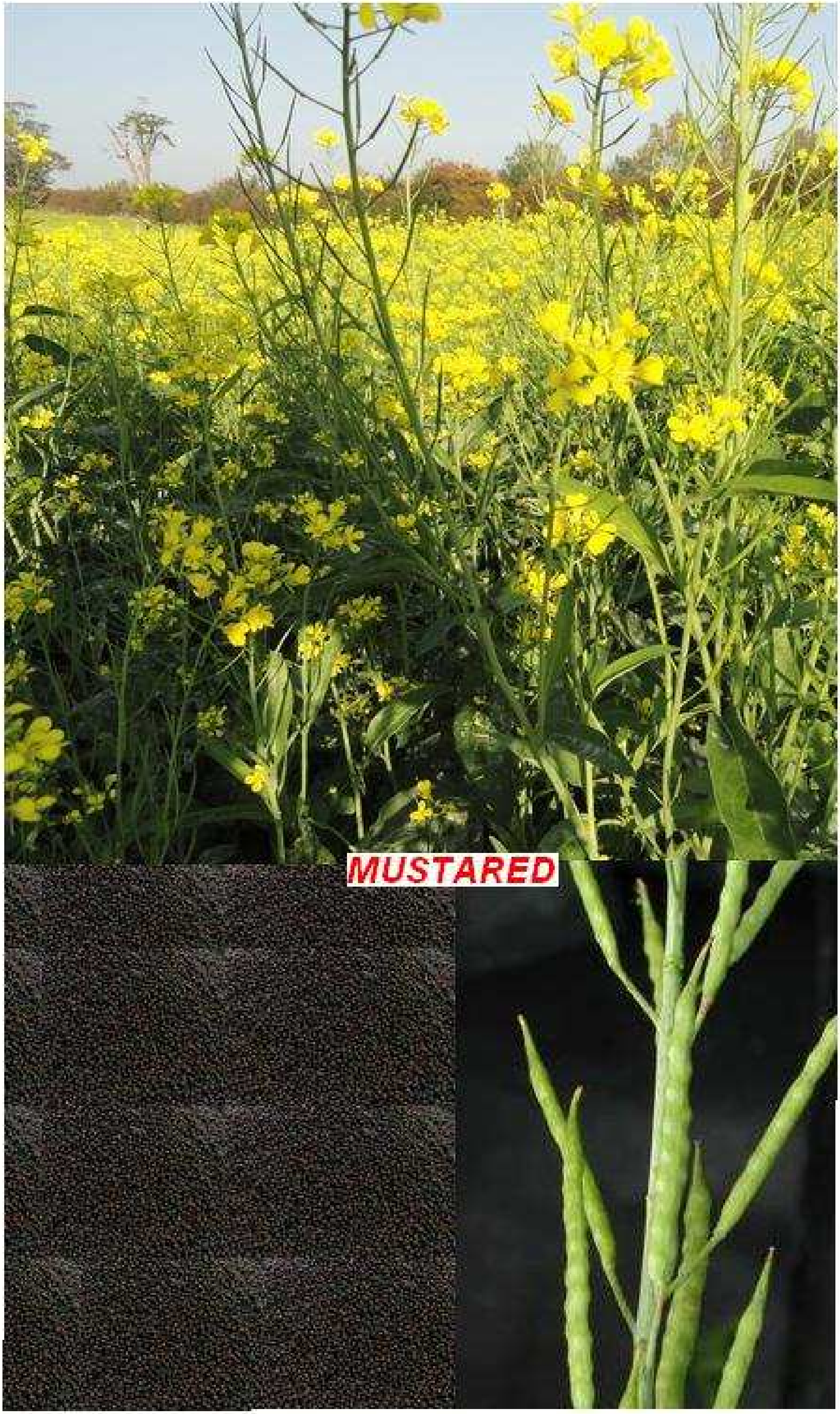
☆ اس کا تیل کھانے پکانے میں استعمال ہوتا ہے اور سر کو لگانے کے کام بھی آتا ہے۔ بدہضمی اور پیشاب کی اکثر بیماریوں کے لیے مفید ہے۔ اسپرٹ وغیرہ کے مضر اثرات کو کم کرتا ہے۔ اس کے پتے وٹامن سی سے بھرپور ہوتے ہیں۔

☆ اس کی تازہ چٹنی بھوک بڑھاتی ہے۔

☆ اس کے بیج منہ میں چبانے سے منہ کی بدبو دور ہو جاتی ہے۔

احتیاط

دمہ اور پرانے برونکائٹس کے مریضوں کو دھنیا کا استعمال بہت کم کرنا چاہئے۔


MUSTARED

رائی

انگریزی نام	**Mustard**

نباتاتی نام	**Brassica juncea**

تعارف

یہ ایک سالانہ تین سے چھ فٹ اونچا اور بہت سی شاخوں والا پودا ہے اس کے پتے بڑے اور ایک ہی ڈنڈی کے دونوں اطراف میں جڑے ہوتے ہیں۔ پتے کا آخری سرا کافی بڑا ہوتا ہے۔ نچلے پتے ڈنڈی دار اور دندانہ دار ہوتے ہیں۔ پھول چھوٹے ہوتے ہیں۔ اس کا پھل دو انچ قطر کا ہوتا ہے۔ ایک ڈوڈا میں عام طور پر بیس سے چالیس بیج بنتے ہیں۔ بیج بھورے رنگ کے اور نہایت عمدگی

سے چپکے ہوئے ہوتے ہیں۔ بیج کا مزا کڑوا اور تیز

ہوتا ہے۔ رائی کا پودا سرسوں کے پودے جیسا ہوتا

ہے اور سرسوں کے بیج کی مانند ان سے بھی تیل نکالا

جاتا ہے۔

زمین

اسکو چھوٹے پیمانہ پر سارے پنجاب میں کاشت کیا

جاتا ہے ۔ درمیانی زرخیز زمینوں میں یہ پودا کافی

پھلتا پھولتا ہے۔

زمین کی تیاری

تین چار دفعہ ہل و سہاگہ چلا کر زمین کو تیار کیا جاتا

ہے۔ زمین تیار کرنے کے بعد اس کی سطح ہموار کی

جاتی ہے تا کہ سارے کھیت میں پانی یکساں دیا

جا سکے۔

کھاد

اس فصل کو عام طور پر کھاد نہیں دی جاتی لیکن اگر آٹھ یا دس گڈے فی ایکڑ کھاد گوبر جو کہ اچھی طرح گلی سڑی ہو زمین میں ملا دی جائے تو زمین کے نرم ہونے کی وجہ سے پودا آسانی سے نشوونما پاتا ہے۔

بجائی کا موسم

اسے اکتوبر اور نومبر کے مہینوں میں کاشت کیا جاتا ہے۔

شرح بیج

عام طور سے دو سے تین کلوگرام بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

بجائی کا طریقہ

پہلے سے تیار شدہ زمین میں اس کا چھٹا دیا جا سکتا

ہے لیکن یہ احتیاط رکھنی چاہیے کہ زمین میں وتر کافی مقدار میں موجود ہو اور بعد ازاں اس کو مناسب طریقے سے زمین میں ملا دیا جاتا ہے۔

دوسری صورت میں اس کو بذریعہ ڈرل لائنوں میں جو کہ ڈیڑھ، ڈیڑھ فٹ کے فاصلہ پر ہوں کاشت کیا جاسکتا ہے۔اس طریقہ سے بجائی میں یہ احتیاط ضروری ہے کہ بیج ایک انچ سے زیادہ گہرا نہ جائے ورنہ اگاؤ نہیں ہوگا۔اس طریقہ بجائی میں جڑی بوٹیوں کو تلف کرنا آسان رہتا ہے۔

گوڈی

عام طور پر اس کی گوڈی نہیں کی جاتی تاہم اگر ایک آدھ گوڈی کردی جائے تو بہت فائدہ مند ثابت ہوتی ہے۔

آب پاشی

عام طور پر بارانی فصل ہے۔اگر اس کو آبپاشی والے علاقوں میں کاشت کیا جائے تو دو یا تین پانی دیئے جاتے ہیں۔

برداشت

مارچ اپریل میں یہ فصل پک جاتی ہے اور اسے برداشت کرلیا جاتا ہے۔

پیداوار

اوسطاً سات، آٹھ من بیج فی ایکڑ پیدا ہوتی ہے۔

فائدے

☆ رائی بہت گرم ہوتی ہے۔اس لیے اس کو پسلی کے درد، نمونیا، گنٹھیا، درد معدہ وغیرہ میں لیپ کرتے ہیں یا پلٹس بنا کر باندھتے ہیں۔

☆ داد، بال خورہ اور برص میں رائی کو پانی میں پیس کر لگاتے ہیں وہاں آبلہ بن جاتا ہے اس پر گھی لگائیں تو آبلہ اور مرض دونوں ختم ہو جاتے ہیں۔اگر معدہ میں بلغم جمع ہو جائے تو ایک تولہ رائی کو پیس کر گرم پانی میں ملا کر پلاتے ہیں۔

☆ تلی بڑھی ہوئی ہو تو اس کے چند روز کے استعمال سے آرام آ جاتا ہے۔

☆☆☆


FENNEL

سونف

انگریزی نام **Fennel**

نباتاتی نام **Foeniculum vulgare**

تعارف

سونف کی کاشت عام طور پر سارے پاکستان میں ہوتی ہے۔ یہ موسم سرما کی فصل ہے اور اسے چھ ہزار فٹ کی بلندی تک نہایت کامیابی سے کاشت کیا جاسکتا ہے۔ یہ جھاڑی نما تین سے ساڑھے چار فٹ اونچا سدا بہار پودا ہے لیکن کاشت کے لیے دوسری عام فصلوں کی طرح ہر سال بویا جاتا ہے۔ اس کے پھول چھتری نما گچھوں کی صورت میں نکلتے ہیں۔

زمین و آب و ہوا

پاکستان میں سونف کی کاشت ہر جگہ کی جاسکتی ہے۔مگر جہاں پانی باافراط ہو وہاں یہ پودا بڑی سرعت کے ساتھ نشو ونما پاتا ہے۔ ہر قسم کی زمین اسکی کاشت کے لیے موزوں ہے لیکن زرخیز چکنی مٹی کو ترجیح دی جاتی ہے۔سیلابہ زمینوں میں بغیر پانی کے بھی یہ فصل اچھی پیداوار دیتی ہے۔تھور اور سیم زدہ زمین اس فصل کی کاشت کے لیے موزوں نہیں ہے۔

زمین کی تیاری اور کاشت

بونے سے پہلے تین یا چار مرتبہ ہل چلا کر زمین بالکل نرم اور ہموار کر لینی چاہیے۔زمین تیار کرنے سے پہلے دس بارہ گڈے فی ایکڑ کھاد گوبر جو کہ اچھی طرح سے گلی ہوئی ہو ڈالنے سے پیداوار

میں بیس سے پچیس فیصد تک اضافہ ہو جاتا ہے

۔اس کے بعد اگر سونف لائنوں میں کاشت کرنا

مقصود ہو تو راونی کے بعد دو دفعہ ہل چلانا چاہیے

تا کہ زمین باریک ہو جائے ، اور اسی وتر میں

سونف کاشت کی جائے۔

بجائی کا وقت

شروع اکتوبر سے وسط نومبر تک اس کی بجائی کے

لیے موزوں وقت ہے لیکن وسط اکتوبر میں کاشت

کی ہوئی فصل اچھی خاصی پیداوار دیتی ہے۔

طریقہ کاشت

تجربوں سے یہ ثابت ہو چکی ہے کہ چھٹے سے

کاشت کی ہوئی فصل سب سے زیادہ پیداوار دیتی

ہے۔جس کی وجہ غالباً پودوں میں زیادہ تعداد ہے

۔

تین طریقوں سے اس کی کاشت ہو سکتی ہے۔

1۔ بذریعہ چھٹا 2۔ لائنوں میں 3۔ وٹیں بنا کر

اگر بجائی کا وقت اور طریقہ کاشت دونوں کو ملحوظ خاطر رکھا جائے تو پیداوار میں خاطر خواہ اضافہ ہوتا ہے۔

لائنوں کی درمیانی فاصلہ

اگر سونف کو لائنوں میں کاشت کرنا مقصود ہو تو لائنوں کا درمیانی فاصلہ ڈیڑھ فٹ اور پودے کا درمیانی فاصلہ 9 انچ ہونا چاہیے۔لائنوں کا درمیانی فاصلہ بڑھانے سے پیداوار میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔
وٹیں بنا کر کاشت کرنے سے بھی پیداوار کم ہو جاتی ہے۔

شرح تخم

ایک ایکڑ سونف کاشت کرنے کے لیے چار پانچ کلوگرام بیج درکار ہوتا ہے بونے کے بعد دس بارہ دن تک اگاؤ مکمل ہو جاتا ہے۔

آب پاشی

بجائی اگر وتر مین لائنوں میں کی جائے تو سونف کے اگاؤ کے بعد جب پودے تقریباً پانچ چھ انچ کے ہو جائیں تو پہلا پانی لگانا چاہیے اگر چھٹے سے کاشت کی جائے تو چھٹا دے کر بار ہیرو یا تر پھالی پھیرنے کے بعد ہلکا سہاگہ دیا جائے اور پھر پانی دیا جائے بار ہیرو چلانا زیادہ موزوں ہے۔

نلائی

پہلے دو تین پانی دینے کے بعد نلائی کر دینی چاہیے۔

برداشت و سکھانے کا طریقہ

پودے کی ہر شاخ کے سرے پر ایک مرکب پھول نمودار ہوتا ہے جس پر بعد میں دانے بنتے ہیں ۔بیجوں کے یہ گچھے یا خوشے اپریل میں پکنا شروع

ہو جاتے ہیں۔ دیر سے بجائی کی صورت میں مئی کے مہینے میں پکتے ہیں سونف کے پودے ایک وقت کاٹنے کی بجائے صرف گچھوں کو علیحدہ علیحدہ کاٹنا چاہیے لیکن یہ خیال رہے کہ گچھوں میں دانے زردی مائل ہوں اور قد پورا کر چکے ہوں۔ پہلے پکے ہوئے گچھے پہلے اور بعد میں پکے ہوئے بعد میں کاٹنے چاہئیں ان کاٹے ہوئے گچھوں کو ٹاٹ یا بوریوں پر بچھا کر سائے میں سکھانا چاہیے اور دو تین دن کے وقفہ سے ان کو الٹتے پلٹتے رہنا چاہیے۔ جب سارے گچھے اچھی طرح خشک ہو جائیں تو بیج کو چھڑیوں کے ذریعے علیحدہ کر کے بوریوں میں جمع کر لیں۔

سونف کے خواص

سونف کے بیجوں میں 6.7 فیصد رطوبت، 9.5 فیصد پروٹین، 10 فیصد چکنائی، 18.5 فیصد ریشہ اور 42.03 فیصد نشاستہ ہوتے ہیں اس کے علاوہ کیلشیم ،فاسفورس ،آئرن پوٹاشیم اورسوڈیم اور وٹامن سی بھی وافر مقدار میں ہوتا ہے۔

فوائد و استعمال

☆ سونف کے بیج مختلف عطریات بنانے میں استعمال ہوتے ہیں اواس کی خوشبو نہانے کے صابن میں بھی ڈالی جاتی ہے۔

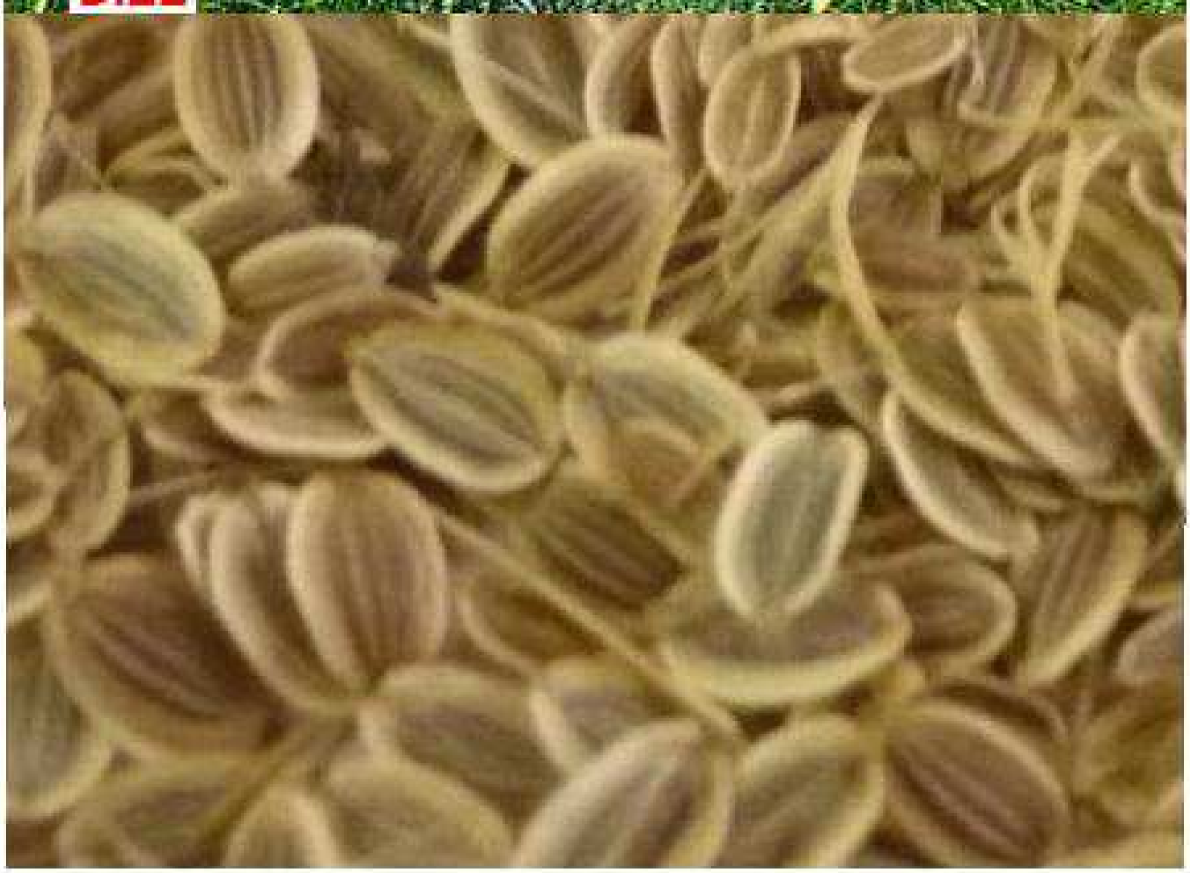
☆ سونف کا تیل کھانے میں استعمال ہوتا ہے۔

☆ سونف کے استعمال سے دودھ دینے والے جانوروں کے دودھ میں اضافہ ہوتا ہے۔

☆ سونف کو خوشبو کے لیے مختلف کھانوں میں بطور

مصالحہ بھی استعمال کرتے ہیں۔اس قسم کا رواج
فرانس اور اٹلی میں عام ہے۔

☆ آنکھوں کی بینائی کو قائم رکھتی ہے۔
☆ بلغمی امراض میں بطور فائدہ مند دوا کے اسے بکثرت استعمال کیا جاتا ہے۔
☆ معدہ سے فضول قسم کی رطوبت کو چھانٹتی ہے۔
☆ قولنج، درد پہلو، درد پشت اور درد کمر کے لیے بہت مفید ہے۔
☆ سونف کے بیجوں کا رس دمہ اور برونکائٹس جیسی سانس کی بیماریوں میں مفید ہے۔
☆ سونف کے استعمال سے خواتین کے حیض کے ایام کی بے قاعدگی ختم ہو جاتی ہے اور کھل کر ماہواری آتی ہے اس کے علاوہ تکلیف دہ حیض میں سونف کا جوشاندہ پینا افاقہ دیتا ہے۔


DILL


سویا

انگریزی نام **Dill**

نباتاتی نام **Peucedanum graveolens**

تعارف

سوئے کا پودا سونف کے پودے سے مشابہت رکھتا ہے مگر اس کے پھول اور بیجوں کی شکل اور ساخت میں فرق ہوتا ہے۔ خوشبو بھی سونف سے بہت مختلف ہوتی ہے اس کے پختہ بیج سے تیل نکالا جاتا ہے۔ اس کے بیج طب یونانی میں بھی استعمال ہوتے ہیں۔

زمین اور آب و ہوا

سونف کی کاشت کی طرح اس کی کاشت بھی پاکستان میں ہر جگہ کی جاسکتی ہے مگر وافر پانی والے

علاقے میں اس کی کاشت کافی سودمند ثابت ہوتی ہے۔ یہ پودا سیلابہ اور کلراٹھی زمینوں کے علاوہ ہر طرح کی زمین پر کاشت کیا جاسکتا ہے مگر زرخیز چکنی زمین سب سے زیادہ موزوں سمجھی جاتی ہے۔ معمولی سیلابہ زمینوں میں اس کی کاشت بغیر پانی کے ہی کی جاسکتی ہے۔

زمین کی تیاری اور کاشت

دو تین دفعہ ہل سہاگہ چلا کر زمین کو نرم اور باریک کر لینا چاہیے زمین تیار کرنے سے پہلے کھاد گوبر جو کہ اچھی طرح گلی سڑی ہو پانچ چھ گڈے فی ایکڑ زمین میں اچھی طرح ملا دینی چاہیے۔ اس کو بونے کے مندرجہ ذیل تین طریقے ہیں۔

☆ اچھے وتر میں بیج کو چھٹا دے کر زمین میں ملا دیا جاتا ہے۔

☆ اچھے وتر میں بیج کو بذریعہ ڈرل لائنوں میں کاشت کیا جاتا ہے۔

☆ کھیلوں پر جو کہ ڈیڑھ فٹ کے فاصلے پر بنائی جاتی ہیں۔اس کے بیج کے چوکے لگائے جاتے ہیں۔چوکے چھ انچ کے فاصلے پر لگانے چاہئیں۔کھیلوں میں بجائی کرنے کی صورت میں بجائی کے فوراً بعد پانی دینا چاہیے پانی اتنی مقدار میں دینا چاہیے کہ اس کی نمی بیجوں تک پہنچ سکے۔پانی اتنا زیادہ بھی نہیں دینا چاہیے کہ کھیلیاں ڈوب جائیں۔ہموار زمین میں چھٹے سے لائنوں میں اس کی بجائی کرنی ہو تو اس بات کا خاص خیال رکھا جائے کہ زمین میں وتر کافی اچھا ہو۔

وقت کاشت

اس کی کاشت کا موزوں وقت ماہ اکتوبر ہے۔

شرح بیج

چار پانچ کلوگرام فی ایکڑ بیج کافی ہے۔

آب پاشی

اگر خشک بجائی کی گئی ہو تو بعد میں پانی دینا ضروری ہے اس کے بعد دوسرا پانی ایک ہفتہ بعد دیں تا کہ بیج کا اگاؤ مکمل ہو جائے۔ جب اگاؤ مکمل ہو جائے تو پھر پندرہ بیس دن کے وقفے سے پانی دیتے رہیں۔ وتر میں کی گئی بجائی کی صورت میں جب اگاؤ مکمل ہو جائے تو پندرہ، بیس دن کے بعد پانی دیں تا کہ پودوں کی جڑیں اچھی طرح مضبوط ہو جائیں۔

چھدرائی

جب پودے پانچ چھ انچ کے ہو جائیں تو چھدرائی کر دینی چاہیے تا کہ ایک جگہ پر ایک ہی پودا رہے اور اچھی طرح نشوونما پا سکے۔ پودے سے پودے

کا فاصلہ چھ انچ رکھنا چاہیے۔

پیداوار

400 کلوگرام فی ایکڑ تک حاصل ہوتی ہے۔

بیج سکھانے کا طریقہ

سونف کی طرح سویا کے پودے کی ہر شاخ کے سرے پر ایک گچھے کی شکل میں پھول نمودار ہوتا ہے جس میں بیج بنتے ہیں بیج کے گچھے یا خوشے مارچ کے آخر تک یا اپریل کے شروع میں پک جاتے ہیں اور ان کو پودوں سے کاٹ لیا جاتا ہے پہلے پکے ہوئے پہلے اور بعد میں پکے ہوئے گچھے بعد میں کاٹ لیے جاتے ہیں۔ان کاٹے ہوئے گچھوں کو ٹاٹ یا بوری پر بچھا کر سکھانا چاہیے اور دو تین دن کے وقفہ سے الٹتے پلٹتے رہنا چاہیے تا کہ گچھے یکساں طور پر سوکھ جائیں اور بیج کو چھڑیوں کے ذریعہ علیحدہ کر کے بوریوں میں بھر لیں۔

فوائد

- ☆ اس کے بیج ہاضمہ کے لیے بہت مفید ہیں۔
- ☆ میتھی کے بیجوں کے ساتھ اگر اس کے بیج مکھن میں تل لیں تو اسہال کے لیے مفید ثابت ہوتے ہیں۔اس کے تخموں سے روغن کشید کیا جاتا ہے۔
- ☆ اس کا تیل درد کمر اور درد گردہ کے لیے بہت فائدہ مند ہے۔
- ☆ اس کے بیج پیٹ کے درد کیلیے بہت مفید ہیں اور ہوا کو خارج کرتے ہیں۔
- ☆ سر درد، خشک کھانسی اور درد شکم میں بہت مفید ہیں۔
- ☆ سوئے کے پتوں کو سبز دھینا کے پتوں کی مانند خوشبو کے لیے سالن وغیرہ میں ڈالتے ہیں۔
- ☆ اس کے سونگھنے سے نیند آجاتی ہے اس واسطے جب بے خوابی کی شکائت ہو تو مریض کے سرہانے سبز سوئے رکھے جاتے ہیں تاکہ اس کی بو سے نیند آجائے۔


VERNONIA - KALI ZEREE

کالی زیری

انگریزی نام Vernonia

نباتاتی نام Vernonia anthelmintica

تعارف

یہ پودا اڑھائی تین فٹ اونچا ہوتا ہے۔ اچھی زرخیز زمینوں میں اس کا پودا ڈیڑھ دو میٹر تک اونچا ہو جاتا ہے اس کے پتے لمبے اور نوک دار ہوتے ہیں۔ اس کے پھولوں کا رنگ کاسنی کے پھولوں کی مانند ہوتا ہے۔ اس کے تخم زیرہ کے برابر ہوتے ہیں۔ ان کی بو تیز اور مزہ تلخ ہوتا ہے اور ان کی رنگت بھوری ہوتی ہے اس کے بیج یونانی طریقہ علاج میں بکثرت استعمال ہوتے ہیں۔ کیمیائی

تجزیہ کرنے پر اس کے بیجوں کے اندر ایک فیصد کے قریب ایک زرد رنگ کا جوہر یا ایلکلائیڈ پایا گیا ہے جسے انگریزی میں ورنونین (Vernonine) کہتے ہیں۔

زمین کی تیاری

پانچ چھ مرتبہ ہل وسہاگہ چلا کر زمین کو اچھی طرح تیار کر لیا جائے۔زمین کو ہموار کر لینا بہت ضروری ہے تاکہ ہر جگہ یکساں مقدار میں پانی دیا جا سکے۔دس بارہ گڈے فی ایکڑ کھاد گوبر جو کہ خوب گلی سڑی ہو زمین میں اچھی طرح ملا دیں کھاد کے گلی سڑی نہ ہونے کی صورت میں پودوں کو کیڑا لگنے کا خطرہ ہوتا ہے۔

شرح تخم

2.5 سے 3.00 کلوگرام فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

بونے کا وقت

اگست اور ستمبر کے مہینے اس کی کاشت کے لیے بہت موزوں ہیں فروری کے مہینہ میں بھی اس کو کاشت کیا جاسکتا ہے۔

طریقہ کاشت

ڈیڑھ دو فٹ کے فاصلے پر کھیلیاں بنائی جاتی ہیں اور ان کے سر پر 9 انچ کے فاصلے پر بیج کی چٹکیاں لگائی جاتی ہیں۔ بیج آدھ انچ سے گہرا نہیں بونا چاہیے ورنہ اگاؤ نہیں ہوگا۔

آبپاشی

پہلا پانی بجائی کے فوراً بعد لگا دیا جاتا ہے اور دوسرا پانی ایک ہفتہ بعد دے دینا چاہیے۔ دوسرا پانی دینے سے اگاؤ شروع ہو جاتا ہے۔ تیسرا پانی کے ساتھ اگاؤ مکمل ہو جاتا ہے بعد ازاں پندرہ دن

کے وقفے سے پانی لگاتے رہیں۔
پانی دیتے وقت اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ پانی کھیلیوں کے اوپر سے نہ گذرے ورنہ اگاؤ نہیں ہوگا پانی کی نمی بیج تک پہنچنی چاہیے ایک پانی دینے کی صورت میں نمی بیجوں تک نہیں پہنچے گی جس سے بیجوں کا اگاؤ نہیں ہو سکے گا اس لیے پانی مناسب مقدار میں دینا ہی بہتر ہے۔

برداشت

نومبر کے شروع میں پھول آتے ہیں۔اوران میں بیج بننا شروع ہو جاتے ہیں۔دسمبر کے آخر میں فصل پک کر تیار ہو جاتی ہے فروری میں بوئی ہوئی فصل جون میں تیار ہو جاتی ہے۔جب بیج پک جاتے ہیں تو ان کو جھاڑ لیا جاتا ہے۔سارے بیج ایک ہی دفعہ نہیں پکتے ہیں۔لہٰذا وقفوں وقفوں سے اس کے بیج اکٹھے کرنے پڑتے ہیں۔

پیداوار

150 سے 160 کلوگرام فی ایکڑ حاصل ہوتے ہیں۔

فائدے

- ☆ بلغمی مواد صاف کرتے ہیں۔
- ☆ آنتوں کے کیڑوں کو مارنے کے لیے استعمال ہوتے ہیں۔
- ☆ اس کا لیب ورموں کو تحلیل کرتا ہے اور درد کو تسکین دیتا ہے۔
- ☆ کن پیڑوں کی بیماری میں کالی زیری اور گیرو عرق گلاب میں رگڑ کر لیپ کرتے ہیں۔
- ☆ پیٹ کے کیڑوں کو مارنے کے لیے استعمال کرتے

ہیں۔

☆ بچوں کے دانت نکلنے کی صورت میں اس کے بیج استعمال ہوتے ہیں۔

☆ اس کے پتے اور جڑیں گنٹھیا کی بیماری میں استعمال ہوتے ہیں۔بچھو کے کاٹے میں مفید ہے۔

احتیاط

اندرونی طور پر بہت کم استعمال کرتے ہیں ۔لہٰذا اس کو زیادہ مقدار میں نہیں کھانا چاہیے۔

☆☆☆


PARSLANE - KULFA

قلفہ

انگریزی نام Parslane

نباتاتی نام Portulaca oleracea

تعارف

یہ موسم خریف کا ایک مشہور ساگ ہے۔اس کا پودا مضبوط، گودہ دار، بغیر بُر کے اور سالانہ ہوتا ہے اس کی شاخیں زمین پر بچھی ہوئی یا اوپر اٹھی ہوئی ہوتی ہیں اور چھ انچ سے بارہ انچ لمبی ہوتی ہیں۔ یہ شاخیں سبز سرخی مائل اور گودے سے بھی ہوئی ہوتی ہیں ۔اس کے پتے بعض اوقات ایک دوسرے کے بلمقابل ہوتے ہیں اور بعض دفعہ نہیں ہوتے وہ گول گول اور لیسدار ہوتے ہین اور شاخوں کے سروں پر گچھے کی شکل میں لگے ہوتے ہیں۔ پتے

سوا انچ سے ڈیڑھ انچ لمبے ہوتے ہیں اور ان کی ڈنڈی بہت چھوٹی ہوتی ہے۔اس کے پھولوں کی ڈنڈی نہیں ہوتی اور وہ شاخ کے سرے پر گچھے کی صورت میں لگے ہوتے ہیں۔پھولوں کی پتیاں تعداد میں پانچ ہوتی ہیں اور جھڑتی نہیں ہیں۔ان کا رنگ پیلا ہوتا ہے قلفہ کے بیج کافی چھوٹے ہوتے ہیں اور بہت زیادہ تعداد میں بنتے ہیں۔ان کا رنگ تیز بھورا ہوتا ہے۔

زمین

قلفہ چھوٹے پیمانے پر صوبہ پنجاب میں ہر جگہ بویا جاتا ہے اور یہ اس وقت دستیاب ہوتا ہے جبکہ سبزیوں کی کمی ہوتی ہے۔یہ ہر قسم کی زمین پر اگتا ہے لیکن زرخیز زمینوں پر یہ بہت کامیاب رہتا ہے۔

زمین کی تیاری

تین یا چار مرتبہ ہل وسہا کہ چلایا جاتا ہے اور زمین کو اچھی طرح باریک کرلیا جاتا ہے۔ غیر ہموار زمین کو ہموار بھی کرلینا ضروری ہے تا کہ پانی ہر جگہ یکساں مقدار میں دیا جا سکے۔

کھاد

بجائی سے پہلے اچھی طرح گلی سڑی کھاد کے پندرہ سے بیس گڈے فی ایکڑ کے حساب سے زمین میں اچھی طرح پھیلا دیئے جائیں تا کہ زمین میں ہر جگہ ایک جیسی کھاد میسر آ سکے۔

بجائی

پنجاب کے میدانی علاقوں میں اس کو مارچ سے جون تک اور پہاڑی علاقوں میں اپریل کے وسط سے اگست تک کاشت کرتے ہیں یہ دو مہینہ کی فصل

ہے زیادہ عرصہ تک بہم رسانی کے لیے اس کی بجائی موسم کے دوران پندرہ پندرہ دن کے وقفہ سے کرتے رہنا چاہیے۔

شرح بیج

ڈیڑھ سے دو کلوگرام بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

بجائی کا طریقہ

اس کے بیج کا ہموار زمین پر چھٹا دیا جاتا ہے اور اس کو زمین میں کھرپے یا ریک کی مدد سے ملا دیا جاتا ہے چونکہ اس کا بیج بہت چھوٹا ہوتا ہے اس لیے اس کے بیج کے برابر چھٹا دینے سے پہلے باریک مٹی ملا لیتے ہیں تا کہ چھٹا یکساں دیا جا سکے ہر جگہ پر چھٹا دینے والے آدمی کو دو تین دفعہ چھٹا دینا چاہیے تا کہ بیج ہر جگہ پر یکساں ہو اس کی بجائی کھیلیوں پر بھی کی جا سکتی ہے۔

گوڈی

عام طور پر اس کی کوئی گوڈی نہیں کی جاتی لیکن جڑی بوٹیوں کی بڑھتی ہوئی تعداد کو کم کرنا ضروری ہوتا ہے۔ کھیلیوں پر بجائی کی صورت میں ایک دو گوڈیاں کر دینی چاہیے۔

آب پاشی

پہلا پانی بجائی کے فوراً بعد دے دیا جاتا ہے۔ بعد ازاں ایک ہفتہ کے وقفہ سے موسم کے دوران پانی دیتے رہنا چاہیے۔

پیداوار

اوسطً فصل سے 70 سے 80 من پتے فی ایکڑ حاصل ہوتے ہیں۔

خواص

قلفہ کے پتوں میں 90.5فیصد پانی ، 2.4فیصد پروٹین، 0.6فیصد چکنائی ، 1.3فیصد ریشہ اور 2.9فیصد نشاستہ ہوتا ہے اس کے علاوہ اس میں کیلشیم فاسفورس ،آئرن اور وٹامن سی خاصی مقدار میں پائے جاتے ہیں۔

فائدے

☆ اس کے پتے بچھو کے کاٹے میں مفید خیال کئے جاتے ہیں۔

☆ نرم پتے یا تو سلاد کے طور پر استعمال ہوتے ہیں یا پھر ان کو اکیلے یا گوشت کے ساتھ پکا کر کھاتے ہیں۔

☆ زکام کو زائل کرتا ہے۔

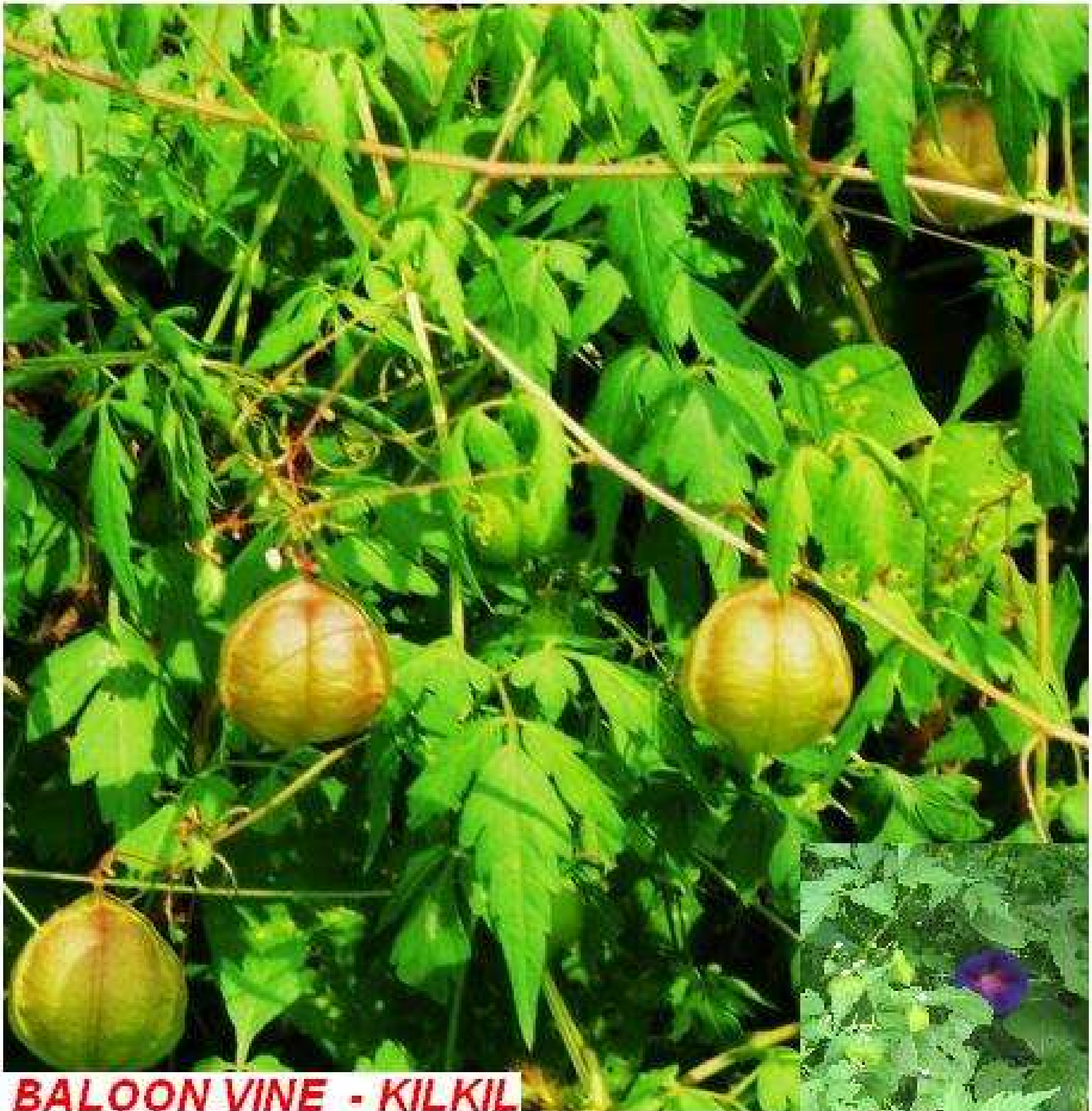
☆ معدہ اور جگر کی گرمی کو دور کرتا ہے۔

☆ اس کے بیج دل کو طاقت دیتے ہیں اور پیاس ختم کرتے ہیں۔

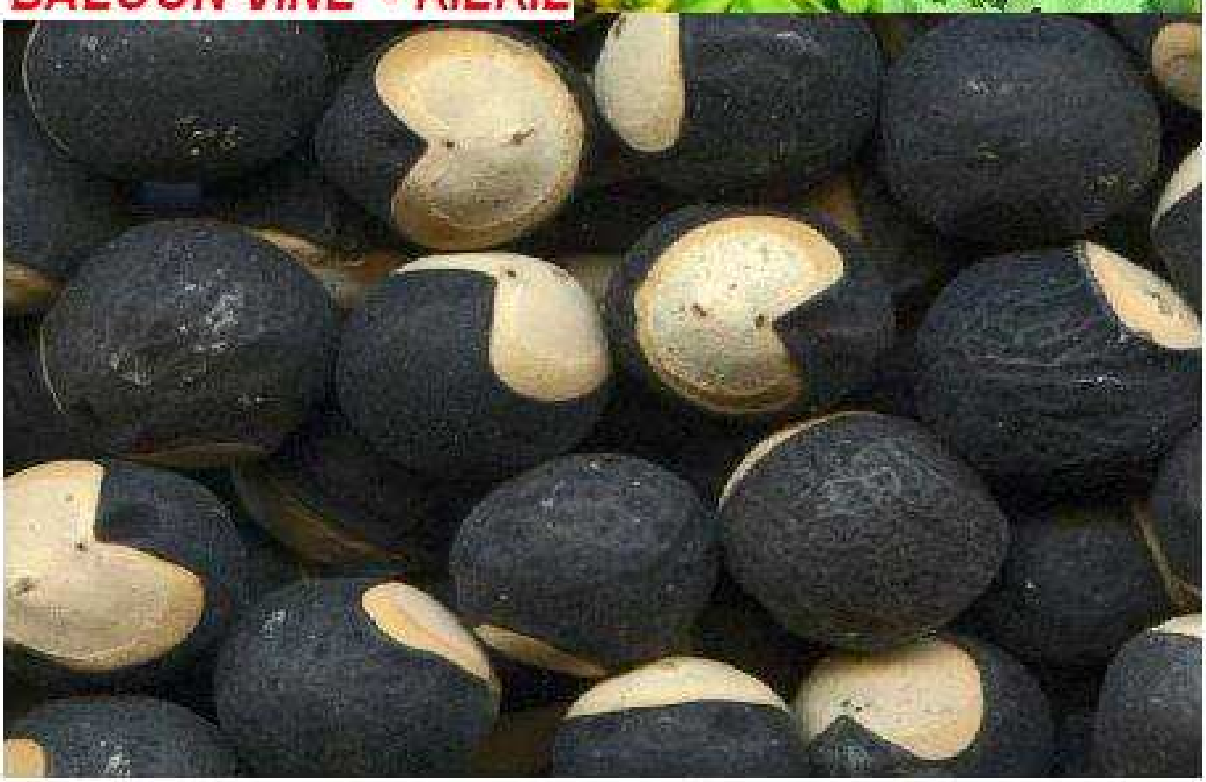
☆ بیجوں کا تیل تین تولہ نچوڑ کر پلانا ذیابیطس شکر میں نافع ہے۔

☆ جلدی بیماریوں گردہ اور پھیپھڑوں کی بیماریوں میں بہت فائدہ مند ہے۔

☆☆☆



BALOON VINE - KILKIL



کلکل

انگریزی نام **Baloon Vine**

نباتاتی نام **Cardiospermum halicacabum**

تعارف

یہ پودا بیل کی شکل کا ہوتا ہے۔اس کی بیلیں بڑھتی بڑھتی سات آٹھ فٹ تک پھیل جاتی ہیں۔ان بیلوں کو ڈوڈے لگتے ہیں جن میں تین دانے فی ڈوڈا بنتے ہیں بیج بونے کے تقریباً دو ماہ بعد ان بیلوں کو سفید رنگ کے چھوٹے چھوٹے پھول آنا شروع ہو جاتے ہیں اور ڈوڈوں میں بیج بننے لگتے ہیں ۔ یہ بیلیں برابر بڑھتی رہتی ہیں ان کو پھول آتے رہتے ہیں اور ان کے ساتھ ڈوڈے بنتے

رہتے ہیں جیسے جیسے ڈوڈے پکتے جائیں ویسے ویسے ان کی چنائی کرتے رہنا چاہیے۔ ان بیلوں کی جڑیں، پتے اور بیج غرض کہ تمام پودا ہی یونانی طب میں بکثرت استعمال ہوتا ہے مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کرنے سے کامیاب فصل لی جا سکتی ہے۔

زمین و آب ہوا

ہر قسم کی زمین اور آب ہوا سوائے سیلا بہ اور کلر اٹھی زمینوں کے اس کی کاشت کے لیے موزوں ہیں۔ سردیوں میں اس کی بیلیں کورے سے متاثر ہو کر سوکھ جاتی ہیں۔ گرم مرطوب آب ہوا میں یہ بیلیں خوب پھیلتی ہیں۔ زیادہ پانی اور سایہ بیلوں کو بری طرح متاثر کرتا ہے۔

زمین کی تیاری

پانچ چھ مرتبہ ہل وسہاگہ چلا کر زمین کو اچھی طرح باریک کرلینا چاہیے تاکہ سارے کھیت میں پانی یکساں مقدار میں دیا جاسکے زمین میں اگر مٹی کے ڈھیلے وغیرہ رہ جائیں تو پانی دے کر ان ڈھیلوں کو توڑ دینا چاہیے۔کاشت سے ایک ماہ پہلے زمین میں سات آٹھ گڈے فی ایکڑ کھاد گوبر جو کہ اچھی طرح گل سڑ چکی ہو زمین میں پھیلا دینی چاہیے علاوہ ازاں ایک بوری امونیم سلفیٹ اور ایک بوری ٹرپل فاسفیٹ زمین کی تیاری کرتے وقت استعمال کرنے سے نتائج اور بھی حوصلہ افزاء نکلتے ہیں۔

شرح تخم

تین سے چار کلوگرام بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

وقت کاشت

20 فروری سے مارچ کے آخر تک اس کی بجائی کے لیے بہت موزوں وقت ہے۔ ویسے اس کی کاشت اپریل کے مہینہ تک کی جاسکتی ہے۔

طریقہ کاشت

- ☆ دو فٹ کے فاصلے پر کھیلیاں بنا کر ان کے سروں پر اس کا بیج چھ سات انچ کے فاصلہ پر لگایا جاتا ہے بیج کی گہرائی ایک انچ سے زیادہ نہیں ہونی چاہیے ورنہ اگاؤ پر برا اثر پڑتا ہے۔
- ☆ سات آٹھ فٹ چوڑے کیارے بنائے جاتے ہیں ان کیاریوں کے درمیان پانی کے لیے نالی بنائی جاتی ہے ان کیاری کے دونوں کناروں پر سات آٹھ انچ کے فاصلے پر بیج بویا جاتا ہے۔ بیج ایک انچ سے زیادہ گہرا نہیں ہونا چاہیے جب بیلیں اگ کر

چھ سات انچ ہو جاتی ہیں تو ان بیلوں کے نزدیک چھڑیاں گاڑی جاتی ہیں اور ان بیلوں کو چھڑیوں یا کسی درخت کے چھاپوں پر چڑھادیا جاتا ہے۔اس سے فائدہ یہ ہوتا ہے کہ بیلوں کو سہارا مل جاتا ہے۔جس سے بیلوں کو ڈوڈے خوب لگتے ہیں۔دوسری صورت میں جبکہ بیلیں زمین پر پڑی رہیں تو وہ اتنی پھیلتی ہیں کہ ایک بیل دوسری میں پھنس جاتی ہیں اور اس طرح سے ساری جگہ کو ڈھانپ لیتی ہیں اس صورت میں بیلوں کو مناسب مقدار میں روشنی اور ہوا میسر نہیں آتی لہٰذا پھل کم لگتا ہے۔

آب پاشی

پہلا پانی بجائی کے ساتھ ہی دیا جاتا ہے۔صرف کھالیوں کو پانی سے بھر دیا جاتا ہے اواس کی نمی بیجوں

کو جو کہ کھالی کے دونوں اطراف بوئے گئے ہوتے
ہیں پہنچ جاتی ہے۔ پہلے دو تین پانیوں کے ساتھ اس
کا اگاؤ مکمل ہو جاتا ہے باقی پانی دس بارہ دن کے
وقفہ سے لگاتے رہیں جس سے بیلیں مناسب طور پر
نشوونما پاتی رہیں گی۔

برداشت

فصل جون میں پھول نکالتی ہے اور ڈوڈے بننا
شروع ہو جاتے ہیں جس میں بیج بنتے ہیں ایک
ڈوڈے کا سائز تو اچھا خاصا ہوتا ہے مگر اس میں
دانے صرف تین ہی بنتے ہیں یہ ڈوڈے اکتوبر میں
پک جاتے ہیں جن کی چنائی کر لی جاتی ہے پکے
ہوئے ڈوڈے کافی تعداد میں زمین پر بھی گر جاتے
ہیں جو کہ زمین پر سے اکٹھے کر لینے چاہئیں۔ پہلے

بننے والے ڈوڈے پہلے پک جاتے ہیں اور بعد میں بننے والے ڈوڈے بعد میں۔اس لئے وقفہ وقفہ سے ڈوڈوں کی چنائی مناسب رہتی ہے۔دسمبر کے آخر میں بیلیں پالے سے سوکھ جاتی ہیں اور انہیں کاٹ لیا جاتا ہے۔

پیداوار

150 کلوگرام فی ایکڑ پیداوار ہوتی ہے اچھی فصل سے 200 کلوگرام تک پیداوار حاصل کی جاسکتی ہے۔چونکہ یہ ایک بہت ہی مہنگی دوائی ہے اس لئے کم پیداوار ہی دوسری فصلوں کی زیادہ پیداوار سے زیادہ منافع دیتی ہے۔

فائدے

☆ جڑیں اور پتے اُبال کر مختلف بیماریوں میں استعمال کیے جاتے ہیں۔

☆ تیل میں ابالے ہوئے پتے جوڑوں کی درد اور سوجے ہوئے حصوں پر باندھنے سے آرام آجاتا ہے۔

☆ پودے کا رس دُکھتے ہوئے کان میں ڈالیں تو آرام آجاتا ہے۔

☆ سانپ کے کاٹے میں بھی استعمال ہوتی ہے۔

☆ سارا پودا ہی دمہ کی بیماری کے لیے مفید ہے۔

☆☆☆


LACTUCA - KAHO

کاہو

انگریزی نام	**Lactuca**
نباتاتی نام	**Lactuca scariola**

تعارف

کاہو ادویات میں استعمال ہونے والی جڑی بوٹیوں میں سے ایک ہے جس کے بیج اور تیل کا استعمال یونانی حکمت میں عام ہوتا ہے۔اس کا پودا شروع میں سلاد کے پودے سے مشابہت رکھتا ہے مگر بعد مین اس کا قد چار یا پانچ فٹ ہو جاتا ہے زمین اور پانی کے لحاظ سے گندم کی فصل کا حریف ہے۔کاہو کی کامیاب فصل لینے کے لیے مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کرنا بہتر ہوگا۔

زمین اور آب ہوا

ہر قسم کی زمین میں کاہو کی کاشت کی جا سکتی ہے لیکن سیم زدہ اور کلراٹھی زمین اس کی کاشت کے لیے موزوں نہیں ہے لیکن میرا زمین بہتر خیال کی جاتی ہے اس کی کاشت ہر قسم کی آب ہوا میں ہو سکتی ہے لیکن فصل کے ابتداء میں ٹھنڈے موسم کی ضرورت ہوتی ہے ٹھنڈے موسم میں پودا اچھا پھلتا پھولتا ہے جب پکنے کے قریب ہو تو گرم موسم کی ضرورت ہوتی ہے۔

زمین کی تیاری

کاہو کی کاشت سے پندرہ بیس روز قبل دس بارہ گڈے فی ایکڑ گوبر کی گلی سڑی کھاد کے زمین میں ملا دینے چاہئیں اور اس کے بعد دو تین مرتبہ ہل چلایا جائے تا کہ گوبر کی کھاد اچھی طرح زمین میں

ہل جائے بعد ازاں بجائی سے پیشتر راوُنی کے بعد دو تین دفعہ ہل اور سہاگہ چلایا جائے تا کہ زمین باریک ہو جائے اور ڈھیلے وغیرہ نہ رہیں زمین اگر اونچی نیچی ہو تو اس کو ہموار بھی کر لینا ضروری ہے تا کہ پانی ہر جگہ یکساں مقدار میں دیا جا سکے۔

شرح تخم

تین سے چار کلوگرام بیج فی ایکڑ درکار ہے۔

طریقہ کاشت

کاہو کی کاشت وتر اور خشک دونوں طریقوں سے ہو سکتی ہے۔ وٹیں بنا کر اور ہموار زمین پر دونوں طرح اس کی کاشت کی جاتی ہے اگر وٹوں پر اس کی کاشت کرنی مقصود ہو تو وٹیں ڈیڑھ فٹ کے فاصلہ پر بنانی چاہئیں وٹوں یا کھیلیوں کے سروں پر بارہ انچ کے فاصلہ پر چوکے لگا دیئے جائیں۔ بجائی

کے بعد پانی دے دیا جاتا ہے لیکن یہ خیال محوظ
خاطر رہنا چاہیے کہ پانی وٹوں یا کھیلیوں کے
سروں پر سے نہیں گزرنا چاہیے ورنہ بیج اگ نہیں
سکے گا۔ پانی اتنا دینا چاہیے کہ کھیلیوں کے سروں
تک پانی کی نمی پہنچ جائے دوسرا پانی ایک ہفتہ کے
بعد دے دینا چاہیے تاکہ بیج اگ سکیں بیج ایک انچ
سے ڈیڑھ انچ کی گہرائی تک بونا چاہیے اگر ہموار
زمین پر کاشت کرنی ہو تو اچھے وتر میں ڈیڑھ فٹ
کے فاصلے پر لائنوں میں بذریعہ ڈرل اس کی
کاشت کی جاسکتی ہے۔ وتر میں بجائی کی صورت
میں پانی اس وقت لگانا چاہیے جبکہ سب بیج اگ
آئے ہوں بیج ایک ہفتہ سے دس دن تک مکمل
اُگ آتے ہیں۔

وقت بجائی

15 اکتوبر سے 20 نومبر تک اس کی بجائی کا بہتر
ین وقت ہے۔

فصل کا چھدرا کرنا اور بیماری

اگاؤ مکمل ہونے کے بعد جب پودے تین چار انچ
کے ہو جائیں تو ان کو ایک بیماری کا حملہ ہو سکتا ہے
جسے ڈیمپنگ آف (Damping off) کہتے
ہیں جس سے پودے مرنا شروع ہو جاتے ہیں اس
بیماری کا علاج یہ ہے کہ کوئی پھپھوندی مار دوائی
پودوں کی جڑوں میں بکھیر کر کھرپہ سے گوڈی کر دی
جائے۔اس کے بعد فصل کو پانی دے دیا جائے تو
پودے مرنے سے بچ جائیں گے جب پودے کا
سائز چار انچ ہو جائے تو ان کی چھدرائی کر دینی
چاہیے تا کہ ایک جگہ پر دو پودے رہ جائیں اس کے

بعد جب پودے کا سائز نو انچ ہو جائے تو ایک جگہ پر صرف ایک ہی پودا رہنے دیا جائے۔

آب پاشی

اگاؤ مکمل ہو چکنے کے بعد تقریباً 20 سے 25 دن تک فصل کو پانی نہیں دینا چاہیے تاکہ پودوں کی جڑیں اچھی طرح قائم ہو جائیں بعد میں پندرہ ،سولہ دن کے وقفہ سے پانی دیتے رہنا چاہیے ماہ اپریل میں جب موسم کچھ گرم ہو جاتا ہے تو فصل کو پہلے کی نسبت کم پانی دینا چاہیے اگر پانی کسی جگہ پر کھڑا رہے گا تو گرم ہو جائے گا اور اس گرم پانی سے پودے کے سوکھ جانے کا احتمال ہوتا ہے۔ ٹھنڈے موسم میں کاہو کو پانی دیں تو اس سے پودا خوب پھلتا پھولتا ہے۔

نلائی

دو تین گوڈیوں کی ضرورت ہوتی ہے تا کہ جڑی بوٹیاں تلف ہو جائیں جب پودے چھ سات انچ کے ہو جائیں تو پودے کے مڈھوں میں مٹی چڑھادی جائے تا کہ پودا گرنے سے بچ جائے۔

برداشت

وسط فروری میں کاہو کے مرکب پھول نکلنے شروع ہو جاتے ہیں۔ جن میں وسط مارچ میں بیج بننا شروع ہو جاتے ہیں۔ پکتے ہوئے بیجوں کی پہچان بہت آسان ہے۔یعنی خوشے میں بیج پک جائیں تو اس کے باہر روئی سی ابھری ہوئی معلوم ہوتی ہے۔

پہلی چنائی مارچ کے آخر میں لے لی جائے اور اس کے بعد تین چار چنایاں دس پندرہ دن کے وقفہ سے لینی چاہئیں آخری دفعہ پودے کاٹ کر ان کو جھاڑ لینا چاہیے۔

چنائی کا طریقہ

چنائی کا سب سے سہل اور آسان طریقہ یہ ہے کہ پودے کے خوشوں کو کپڑے کی تھیلی میں جھکا کر جھاڑ لیا جاتا ہے اس طرح پکے ہوئے بیج تھیلی میں جمع ہو جائیں گے۔

پیداوار

پیداوار 400 سے 450 کلوگرام فی ایکڑ ہے۔

فوائد و استعمال

☆ خون اور صفرا کی تیزی کو تسکین دیتا ہے۔

☆ دافع تبخیر معدہ ہے۔☆سرکہ کے ساتھ استعمال کیا جائے تو بھوک زیادہ کرتا ہے۔نیند لاتا ہے، دردسر، نزلہ اور یرقان کا نافع ہے۔☆ مالیخولیا کے لیے مفید ہے۔

☆ اس کا تیل سر پر ملنے اور ناک کان میں ٹپکانے سے دماغ کی تراوت کرتا ہے۔

☆ اس کے بیج سے روغن نکالا جاتا ہے۔ جو نیند لانے کے لیے سر پر لگاتے ہیں۔


SMALL FENNEL - KALVANJE

کلونجی

انگریزی نام **Small fennel**

نباتاتی نام **Nigella sativa**

تعارف

یہ ایک قیمتی مصالحہ دار فصل ہے جس کے پودے
دوفٹ تک بلند ہو جاتے ہیں۔عام طور پر آم کا
اچار بناتے وقت اس میں اس کے بیج ڈالتے ہیں
اس کے بیج کئی قسم کے کھانوں میں بھی استعمال
ہوتے ہیں۔بیج ہاضمہ دار ہوتے ہیں اور معدہ کو
درست رکھتے ہیں۔

زمین وآب ہوا

زرخیز اور ہلکی زرخیز زمینیں جہاں پانی وافر مقدار
میں دستیاب ہو اس کی کاشت کے لیے موزوں ہیں سیم
زدہ اور کلراٹھی زمیںوں میں یہ پودا نہیں ہوتا۔

زمین کی تیاری

زمین میں تین چار دفعہ ہل چلائیں اور ہر دفعہ سہاگہ بھی پھیریں تا کہ زمین اچھی طرح باریک ہو جائے اگر زمین کی سطح ایک جیسی نہ ہو تو اس کو ہموار بھی کر لینا چاہیے تا کہ یکساں مقدار میں سارے کھیت کو پانی دیا جا سکے اگر زمین میں مٹی کے ڈھیلے ہوں تو پانی دے کر اور سہاگہ پھیر کر ان کو توڑ دینا چاہیے آٹھ دس گڈے فی ایکڑ گوبر کی کھاد کے جو کہ اچھی طرح گلی سڑی ہو زمین تیار کرتے وقت کھیت میں ملا دیں تو فصل کی پیداوار میں خاطر خواہ اضافہ ہوتا ہے۔

شرح تخم

اڑھائی سے تین کلو بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔ بیج تندرست ہونا چاہیے کیونکہ تندرست بیج سے ہی صحت مند پودے پیدا ہوں گے۔

موسم کاشت

بیس ستمبر سے بیس اکتوبر تک کا عرصہ اس کی بجائی کے لیے نہایت موزوں ہے۔

طریقہ کاشت

اچھی طرح ہموار زمین میں ڈیڑھ فٹ کے فاصلہ پر کھیلیاں بنائی جائیں اور ان کھیلیوں پر چار سے پانچ انچ کے فاصلہ پر چوکے لگائے جائیں یا لکڑی سے کھیلی کے سر پر ایک لکیر کھینچ لی جائے اور اس میں بیج ڈال دیا جائے۔ پھر مٹی کی ہلکی سی تہہ سے بیج کو ڈھانپ دیں ہموار زمین پر بھی اس کی کاشت کی جاسکتی ہے۔ راونی کر کے دو دفعہ کھیت میں ہل چلائیں اور سہاگہ پھیریں ۔پھر بیج کا سارے کھیت میں یکساں چھٹا دیں۔ اور بار ہیرو سے بیج زمین میں ملا دیں اور بعد میں ہلکا سہاگہ پھیریں ۔دس بارہ روز بعد اگاؤ مکمل ہو جائیگا۔

آب پاشی

کھیلوں پر بیج بونے کے بعد فوراً بعد پانی دیں تا کہ پانی کی نمی بیج تک پہنچ سکے اتنا زیادہ پانی نہ دیں کہ کھیلیاں پانی میں ڈوب جائیں۔ اگر کھیلیاں پانی میں ڈوب گئیں تو بیج کا اگاؤ صحیح نہ ہو گا۔ پانی اتنا کم بھی نہیں دینا چاہیے کہ نمی بیجوں تک نہ پہنچ سکے، دوسرا پانی ایک ہفتہ بعد دیں تا کہ بیج اگ سکیں۔ اس کے بعد ہر دو ہفتہ کے وقفہ سے پانی دیتے رہیں۔ ہموار زمین پر بجائی کی صورت میں فصل اگنے کے بعد پندرہ بیس روز تک پانی نہ دیں تا کہ پودے اچھی طرح جڑ پکڑ سکیں اس کے بعد دو ہفتہ کے وقفہ سے پانی دیتے رہیں۔

چھدرائی کرنا

جب پودے تین چار انچ کے ہو جائیں تو ان کی

چھدرائی کردینی چاہیے پودے سے پودے کا
فاصلہ چار انچ رکھنا چاہیے زیادہ گھنے پودوں میں
پھل کم لگتا ہے۔

نلائی کرنا

دو تین دفعہ نلائی کردینی چاہیے تاکہ جڑی بوٹیاں
تلف ہو جائیں۔

برداشت

آخر مارچ سے وسط اپریل تک فصل پک کر تیار ہو جاتی
ہے۔اور کاٹ لی جاتی ہے۔جب فصل سوکھ جائے تو
ڈنڈے سے کوٹ کر دانے الگ کردیئے جاتے ہیں
اوران کی صفائی کر کے بوریوں میں بھر لیتے ہیں۔

پیداوار

300 کلوگرام فی ایکڑ ہے۔

فائدے

- ☆ جلاب آتے ہوں تو ان کو روکتا ہے۔
- ☆ اس کے بیج سے ٹنکچر بھی بنایا جاتا ہے۔
- ☆ بیج اگر تل لیے جائیں تو باری کے بخار کے لیے مفید دوا بن جاتی ہے۔
- ☆ جس پانی میں اس کے بیج اُبالے گئے ہوں اس سے اگر سوجے ہوئے ہاتھ پاؤں پر ٹکور کی جائے تو زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔
- ☆ معدہ کو تقویت دیتی ہے اور پیٹ کے کیڑوں کو ختم کرتی ہے۔
- ☆ نزلہ زکام میں مفید ہے۔

☆☆☆


FENUGREEK - MATHERAY

میتھرا

انگریزی نام **Fenugreek**

نباتاتی نام **Trigonella foenumgraceum**

تعارف

یہ ایک معمولی سابُر دار، سیدھا اور سالانہ پودا ہے
اس کے پتے لمبی ڈنڈی والے ہوتے ہیں ڈنڈی
کی لمبائی مختلف ہوتی ہے۔اس کے ایک سے لے
کر دو تک بغلی پھول بغیر ڈنڈی کے ہوتے ہیں
۔پھول کی پتیاں سفیدی مائل رنگت کی ہوتی ہیں
اس کے پھلیاں دو سے تین انچ لمبی ہوتی ہیں اور
ان پر بُر بھی پائے جاتے ہیں۔ یہ موسم ربیع کی فصل
ہے اس کو بطور سبزی اور چارہ استعمال کرتے ہیں
نیز اس کے پتے اور بیج دوا کے طور پر استعمال

ہوتے ہیں مویشی اور گھوڑوں کے مصالحوں میں بھی اس کے بیج ایک طاقتور جزو کے طور پر ملائے جاتے ہیں پتوں کا رنگ سبز تخم زردی مائل، پتوں کا ذائقہ پھیکا اور بیج تلخ ہوتے ہیں

زمین

اس پودے کو پنجاب کا تقریباً ہر کسان چھوٹی چھوٹی کیاریوں میں اپنی گھریلو ضروریات کے لیے کاشت کرتا ہے یہ تقریباً ہر قسم کی زمین میں کاشت ہوتا ہے۔

زمین کی تیاری

تین، چار مرتبہ ہل و سہاگہ چلا کر زمین کو تیار کیا جاتا ہے۔ زمین باریک کر لینی چاہیے اور ساتھ اسے ہموار بھی کر لینا چاہیے تا کہ پانی ہر جگہ یکساں طور پر پہنچ سکے

کھاد

چودہ، پندرہ گڈے فی ایکڑ گلی سڑی گوبر کی کھاد کے زمین میں اچھی طرح مل لینے چاہئیں جس سے زمین نرم رہتی ہے اور پودا خوب پھلتا پھولتا ہے۔

بجائی کا وقت

اس کی بجائی عام طور پر ستمبر سے نومبر تک کی جاتی ہے۔لیکن اگر موسم زیادہ ٹھنڈا نہ ہو تو اس کے بعد بھی کی جاسکتی ہے۔

شرح تخم

پانچ، چھ کلوگرام بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

بجائی کا طریقہ

اس کی بجائی ایک ایک فٹ کے فاصلہ پر لائنوں میں بذریعہ ڈرل کی جاتی ہے۔بذریعہ چھٹا بھی اس کی بجائی کی جاسکتی ہے۔

گوڈی

اس فصل کی دو دفعہ گوڈی کرنی چاہیے تا کہ جڑی بوٹیاں زیادہ نہ بڑھ سکیں اور فصل کی نشوونما تسلی بخش ہو سکے۔

آب پاشی

پندرہ بیس دن کے بعد جبکہ پودوں کی جڑیں مضبوط ہو جائیں پہلا پانی دینا چاہیے بعد ازاں دو تین ہفتوں کے بعد پانی دیتے رہنا چاہیے

برداشت

اپریل کے شروع میں فصل برداشت کے لیے تیار ہو جاتی ہے اور اس کو صبح کے وقت کاٹ لیا جاتا ہے اگر زیادہ پک جائے تو کاٹتے وقت پھلیوں کے گر جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔

پیداوار

- ☆ دس سے بارہ من بیج فی ایکڑ حاصل ہوتا ہے۔
- ☆ تقریباً 250 من چارہ فی ایکڑ حاصل ہوتا ہے۔

فائدے

☆ اس کے پتوں کی پلٹس ظاہری و باطنی ورموں کو تحلیل کرتی ہے اس کے لعاب دار بیج پیس کر پلٹس کے طور پر ورموں پر باندھتے ہیں اور داغ دھبوں کو مٹانے کے لیے چہرہ پر ملتے ہیں۔

☆ بیجوں کو پانی میں پیس کر ہفتہ میں دو بار سر دھونے سے سر کے بال لمبے ہو جاتے ہیں اور گرنے بھی بند ہو جاتے ہیں۔

☆ اگر ان کو کھایا جائے تو دودھ بڑھاتے ہیں۔ پیشاب آور ہیں، ہوا خارج کرتے ہیں اور معدہ کو طاقت بخشتے ہیں۔

☆ درد کمر پیچش اور اسہال وغیرہ میں مختلف طریقوں سے استعمال کئے جاتے ہیں۔ میتھرا کے بیج آم کے اچار کا خاص جزو ہیں۔


GARDEN CRESS - HALOON

ہالوں

انگریزی نام **Garden Cress**

نباتاتی نام **Lepidirum sativum**

تعارف

یہ ایک ہموار ،سیدھا اور بغیر بُر کے تقریباً اڑھائی فٹ اونچا پودا ہے۔جڑوں سے نکلنے والے پتے ،سفید رنگ کے لمبے گچھے کی صورت میں ہوتے ہیں پھل گول بیضہ نما ہوتے ہیں اوران کی چوٹی پر گہری لکیریں ہوتی ہیں۔ کنارے پچکے ہوئے اور کٹاؤ دار ہوتے ہیں اسے ربیع کے موسم میں کاشت کی جاتا ہے۔

زمین

ہالوں کو پنجاب بھر میں چھوٹے پیمانہ پر کاشت کیا جاتا ہے۔ درمیانی قسم کی زرخیز زمین اس کی بجائی کے لیے موزوں سمجھی جاتی ہے۔

زمین کی تیاری

زمین کو تین چار مرتبہ ہل وسہاگہ چلا کر باریک کرلینا چاہیے۔ زمین اونچی نیچی ہو تو اس کو ہموار کرلینا بہت ضروری ہوتا ہے تاکہ پانی یکساں مقدار میں دیا جا سکے۔

کھاد

بالعموم اس فصل کو کھاد نہیں دی جاتی لیکن اگر آٹھ دس گڈے فی ایکڑ گوبر کی گلی سڑی کھاد کے اچھی طرح ملا دیے جائیں تو زمین نرم رہتی ہے اور پودا آسانی سے نشوونما پاتا ہے۔

بجائی کا طریقہ

ڈیڑھ ،ڈیڑھ فٹ کے فاصلہ پر لائنوں میں بذریعہ ڈرل اس کی بجائی کرنی چاہیے لیکن یہ احتیاط رہے کہ اس کا بیج ایک انچ سے زیادہ گہرا نہ جائے ورنہ اگاؤ نہ ہوگا۔ بجائی کے وقت زمین میں وتر کافی مقدار میں ہونا چاہیے چھٹا سے بھی اس کی بجائی کی جاسکتی ہے لیکن اس طریقہ سے اگر بجائی کی جائے تو فصل کی گوڈی چھدرائی اور جڑی بوٹیوں کی تلفی میں رکاوٹ پیدا ہوتی ہے۔

گوڈی

اس فصل کی عام طور پر گوڈی نہیں کی جاتی لیکن اگر ایک دو بار گوڈی کردی جائے تو بہت فائدہ مند ثابت ہوتی ہے گوڈی کرنے سے فصل جڑی بوٹیوں سے پاک صاف ہوجاتی ہے۔

آب پاشی

اس فصل کو بارانی علاقوں مین کاشت کیا جاتا ہے لیکن اگر جن علاقوں میں بارش نہین ہوتی یا کم ہوتی ہے وہاں اسے ایک دو پانی دے دیئے جائیں تو فصل بہت اچھی ہوتی ہے۔

برداشت

یہ فصل مارچ، اپریل میں پک جاتی ہے اور اس کی کٹائی کر لی جاتی ہے۔

پیداوار

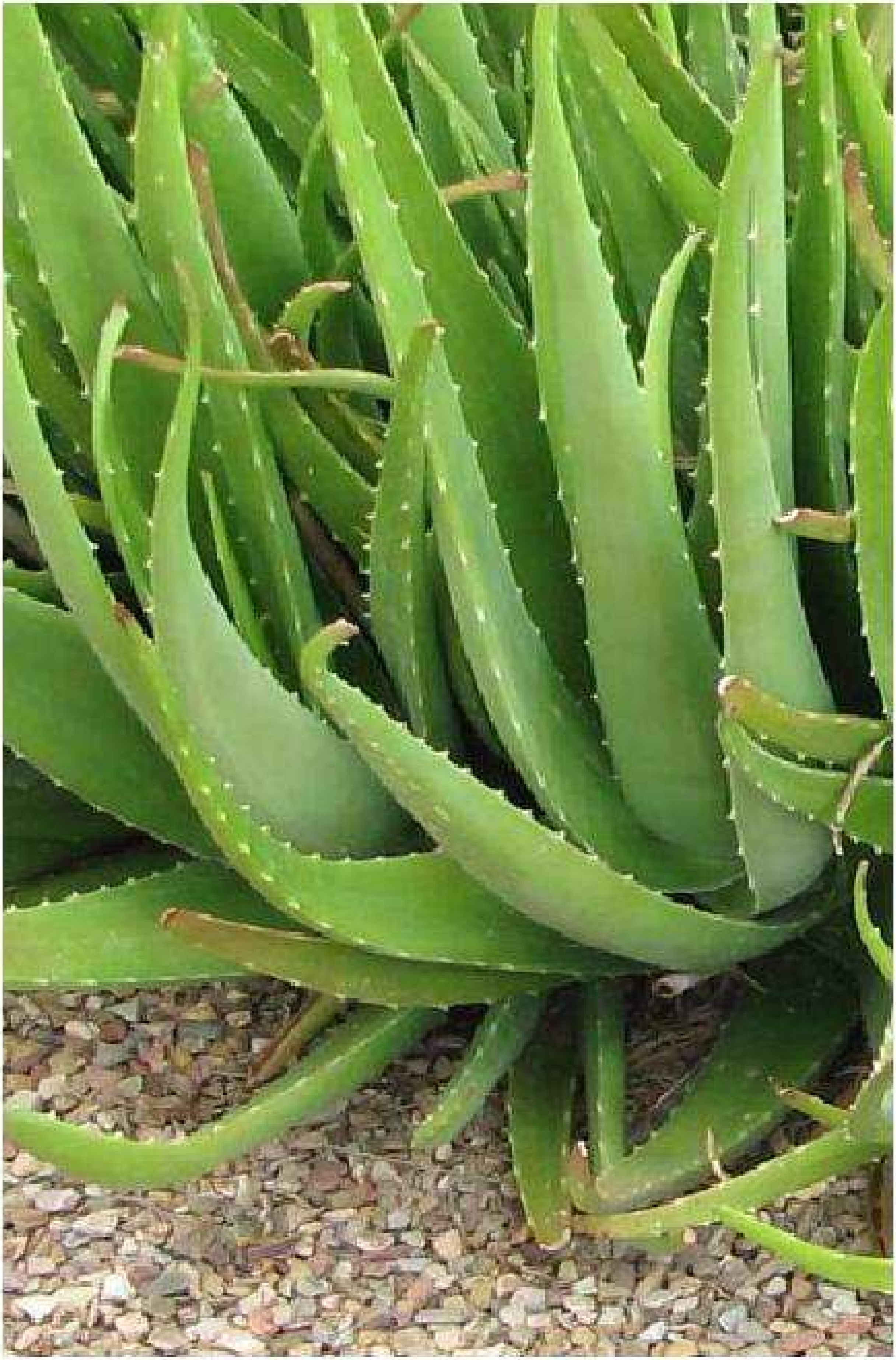
سات، آٹھ من بیج فی ایکڑ پیدا ہوتا ہے۔

فائدے

☆ داد اور بلغم کو دُور کرنے کے لیے استعمال ہوتی ہے۔

☆ ہچکی میں بھی مفید ہوتی ہے۔ کھانسی اور دمہ میں بھی مفید ہوتی ہے۔

☆ اس کے پتے رائی جیسا ذائقہ رکھتے ہیں۔ اس لیے کچھ لوگ اس کے پتوں کی چٹنی بنا کر کھاتے ہیں۔



ALOE VERA - KANVAR GANDAL

کوار گندل

انگریزی نام **Aloe**

نباتاتی نام **Aloe vera**

تعارف

کوار گندل ایک عام پودا ہے جو پاکستان میں تقریباً
ہر جگہ ملتا ہے۔لوگ اس کو گھروں میں گملوں میں
زیبائش کے لیے لگاتے ہیں اس کا تنا نہیں ہوتا بلکہ
تنا نما پتے ہوتے ہیں جو گودے سے بھرے ہوئے
ہوتے ہیں ان لمبے مخروطی پتوں کے کناروں پر
چھوٹے چھوٹے کانٹے ہوتے ہیں یہ پتے اڑھائی
سے پانچ فٹ تک لمبے ہوتے ہیں جڑیں زمین
میں پھیلتی چلی جاتی ہیں جن سے کوار گندل کے نئے
پودے پھوٹتے رہتے ہیں۔

آب وہوا

کوار گندل ہر قسم کی آب وہوا اور موسم میں نشو ونما پا سکتا ہے تاہم معتدل آب وہوا اس کے لیے بہتر ہے یہ صحرائی ونیم صحرائی علاقوں جہاں بارشیں کم ہوتی ہیں بھی اگ جاتا ہے کوار گندل کا پودا پانی کی بڑی مقدار اپنے پتوں میں ذخیرہ کرلیتا ہے جو پانی کی کمی یا عدم دستیابی کی صورت میں اس کے کام آتا ہے۔ یہ زیادہ دھوپ میں اچھی نشو ونما پاتا ہے تاہم کم دھوپ میں بھی زندہ رہ سکتا ہے۔

زمین

کوار گندل کا پودا ہر قسم کی زمین میں ہو جاتا ہے تاہم زرخیز زمین جس کا پانی کا اخراج اچھا ہو اس کے لیے بہتر ہے کلراٹھی یا سیم زدہ زمین میں کاشت نہیں کرنا چاہیئے۔

طریقہ کاشت

☆بذریعہ جڑ

کوار گندل کے پودوں کی جڑوں سے نئے پودے نکلتے رہتے ہیں جب یہ پودے ایک سے دو انچ لمبے ہو جائیں تو ان کو اصل پودے سے الگ کر کے علیحدہ کسی گملے میں لگالیں جہاں دو سے تین ہفتوں میں ان کی جڑیں نکل آئیں گی اور یہ پودے بڑھنا شروع ہو جائیں گے۔

☆بذریعہ بیج

موسم سرما کے آخر یا موسم بہار کی ابتداء میں کنوار گندل کے پودے کے درمیان سے ایک پتلی شاخ نکلتی ہے جس پر پھول لگتے ہیں جب ان پھولوں سے بیج بن جائیں تو موسم بہار میں ان بیجوں کو ریت سے بھرے ہوئے ٹرے میں لگا دیں اور ریت کو نم رکھیں جس سے بیج اگ آئیں گے

پودوں کو دھوپ میں رکھیں تا کہ ان کو مناسب حرارت اور روشنی ملتی رہے جب پودے ایک سے دو انچ بڑے ہو جائے تو ان کو ایک فٹ کے فاصلے پر اچھی طرح تیار زمین میں لگا دیں۔

آبپاشی

گرمی کے موسم میں جب بھی زمین خشک ہو جائے پانی دیں۔لیکن ستمبر سے مارچ تک اس کو پانی کی کم ہی ضرورت ہوتی ہے۔،کنوار گندل کو پانی دینے کے معاملہ میں بہت احتیاط کرنی چاہیے کیونکہ پانی کی زیادتی اس کے لیے نقصان دہ ہوتی ہے اگر پودے گملے میں لگے ہوں تو نکاس کے لئے بنے سوراخوں کو بند نہ ہونے دیں سوراخ بند ہونے کی صورت میں نمی کی زیادتی کی صورت میں پودے کو نقصان پہنچ سکتا ہے لہٰذا اگر سوراخ بند ہو جائیں تو ان کو فوراً کھول دینا چاہیے۔

برداشت

کنوار گندل کا پودا چار سال کے عرصہ میں پختگی کی عمر کو پہنچ جاتا ہے اور اس سے پتے کاٹے جا سکتے ہیں۔

کیمیائی خواص

کوار گندل کا فعال جزو گلائیکو سائیڈر کا مجموعہ ہوتا ہے جسے ایلواین (Aloin) کہتے ہیں۔اس کے علاوہ اس میں بہت سے حیاتین مثلاً بیٹا کروٹین فولک ایسڈ، وٹامن سی ،وٹامن بی ا،بی 2 ،بی 3،بی 6 اور وٹامن ای پائے جاتے ہیں جو اس کی معجزانہ تاثیر کی وجہ ہیں اس پودے کے گودے میں درجنوں معدنی اجزاء(کیلشیم،کاپر،آئرن،پوٹا شیم، سوڈیم وغیرہ) امائنو ایسڈز

(لائیسن ،ویلین ،لیوسین ، سیرین ، سِتسین وغیرہ

)شکریات (گلوکوز ،سیلولوز ،گیلکٹوز ،میتوس) اور

خامرے (اکسیڈیزوامئی لوز، لائی پیز وغیرہ)

پائے جاتے ہیں۔

فوائد

☆ کوار گندل جراثیم کش خصوصیات کی وجہ سے کاسمیٹک ، صابن اورلوشن وغیرہ کی تیاری میں استعمال ہوتا ہے۔

☆ کوارگندل کا استعمال غذا کو جزو بدن بنانے والے نظام کی اصلاح اور بحالی میں مدد دیتا ہے۔

☆ یہ زخموں کے اندرونی ،کیڑوں کے کاٹے اور نباتاتی زہروں سے محفوظ رکھنے میں مفید ہے۔

☆ کوارگندل جگر کو تحریک دیتا ہے اور یرقان جگر و تلی

کے بڑھ جانے کی حالت میں بھی موثر ہے۔

☆ کوار گندل کھانسی، نزلہ اور زکام وغیرہ میں بہت مفید ہے۔

☆ کمر درد اور جوڑوں کے درد کا شافی علاج ہے۔

☆ قبض کشا اور مقوی معدہ ہے۔

☆ کوار گندل میں پیٹ کے کیڑے مارنے کی تاثیر پائی جاتی ہے۔

☆ کوار گندل جلد کے بہت سے امراض مثلاً چنبل، اکیزیما، سر کی خشکی، جلد کا پھٹنا، داغ دھبے وغیرہ کے لیے مفید ہے۔

☆ کوار گندل کا استعمال مسوڑھوں، حلق کے عوارض، قولنج، بواسیر، ذیابیطس، گردے اور مثانے کی بیماریوں کے لیے مفید ہے۔


SWEET BASIL - NIAZBOW

نیازبو

انگریزی نام **Sweet Basil**

نباتاتی نام ***Ocimum basilicum***

تعارف

نیازبو کا تعلق پودینہ خاندان سے ہے۔ یہ پودا عام طور پر باغات میں کاشت کیا جاتا ہے۔ نیازبو درمیانی جسامت کی ایک تیز خوشبو والی جڑی بوٹی ہے۔

آب وہوا

یہ پودا پنجاب کے تقریباً تمام علاقوں میں کامیابی کے ساتھ کاشت کیا جاسکتا ہے تاہم آب پاش علاقوں میں باآسانی اگایا جاسکتا ہے۔

زمین

اس کو میرا اور زرخیز زمین میں کامیابی کے ساتھ کاشت کیا جاسکتا ہے سیم زدہ اور تھور زمین اس کی کاشت کے لیے ناموزوں ہے۔

وقت کاشت

نیازبو موسم سرما میں فروری کے آخری ہفتہ اور گرمیوں میں اپریل مئی میں کاشت کی جاسکتی ہے۔

زمین کی تیاری

تین سے چار مرتبہ ہل اور سہاگہ چلا کر زمین کو اچھی طرح باریک کرلیا جائے۔ اگر ڈھیلے وغیرہ ہوں تو ان کو توڑ دیا جائے۔ زمین کو اچھی طرح ہموار کرلیا جائے۔

کھاد

اچھی فصل لینے کے لیے چودہ تا پندرہ گڈے فی ایکڑ گوبر کی کھاد جو کہ اچھی طرح گلی سڑی ہو استعمال کریں اگر خوراکی اجزء کی کمی محسوس ہوتو مناسب مقدار میں یوریا کھاد ڈال دینی چاہیے۔

شرح بیج

تین کلو بیج فی ایکڑ کافی ہوتا ہے۔

طریقہ کاشت

نیازبو کی فصل مندرجہ ذیل طریقوں سے کاشت کی جاسکتی ہے۔

☆ ڈیڑھ تا دوفٹ چوڑی کھیلیاں بنا کران کے سر پر لکڑی سے لکیر لگا کر اس میں بیج ڈال دیا جائے یا کھیلیوں پر ایک فٹ کے فاصلے پر چٹکیاں لگا کر کاشت کریں۔

☆ دو سے تین فٹ کے فاصلے پر لائینیں لگا کر کاشت کریں۔

☆ اس کی پنیری اگائیں اور جب پودے اگنے کے بعد اپنے آپ کو سنبھالنے کے قابل ہو جائیں تو ان کو کھیت میں منتقل کر دیں۔

آب پاشی

نیازبو کو تین تا چار دفعہ پانی لگانے کی ضرورت ہوتی ہے پہلا پانی بوائی کے بعد۔اس کے بعد پندرہ دنوں کے وقفہ سے پانی دیں۔

گوڈی

جڑی بوٹیوں کی تلفی کے لیے دو تین گوڈیاں ضروری ہیں۔

فوائد

☆ نیاز بو کے پودے میں سے اہم تیل نکالا جاتا ہے جو بہت سی ادویات میں استعمال ہوتا ہے۔

☆ پتوں کے رس کو شہد کے ساتھ ملا کر استعمال کریں تو گلے کی بلغم اور خراش کو آرام دیتا ہے۔

☆ اس کے پھول بدن کو چست رکھنے، جلد کو سکون اور پیشاب کو تیز کرنے میں مدد دیتے ہیں۔

☆ کیڑے مکوڑوں سے محفوظ رہنے کے لیے اس کے پتوں کو گھر میں کسی جگہ رکھ دیں۔

☆ اس کی جڑیں پھوڑے پھنسیوں کے لیے کافی مفید ہوتی ہیں۔

☆ نیاز بو کے بیج ہیضہ، چیچک اور جریان کے لیے استعمال کیے جا سکتے ہیں۔


LIQUORICE - MALATHE

ملیٹھی

انگریزی نام Liquorice

نباتاتی نام Glycerrhiza glabra

تعارف

ملٹھی کثیر سالہ جھاڑی نما بوٹی ہے جو ایک تا دو میٹر
اونچی ہوتی ہے اس کی جڑیں زمین کے نیچے 5 تا 6
فٹ گہرائی تک پھیلی ہوئی ہوتی ہیں۔ یہ جڑیں 3
تا 4 سال کے بعد کھود کر نکالی جاتی ہیں۔ ملٹھی
پاکستان میں سرحد، سندھ اور پنجاب میں کاشت کی
جاتی ہے۔ جبکہ بلوچستان اور شمالی علاقہ جات میں
خودرو ہوتی ہے

آب و ہوا

ملٹھی کے پودے کے لیے گرم مرطوب آب و ہوا ضروری ہے اور ان علاقوں میں جہاں گرمیوں اور سردیوں دونوں موسموں میں خوب بارش ہوتی ہے کامیابی سے کاشت کی جاسکتی ہے۔

زمین کا انتخاب

ملٹھی کیلیے ہلکی میرا اور ریتلی زمین درکار ہوتی ہے۔ دریاؤں کے کنارے اور ریت کے ٹیلوں پر خوب نشوونما پاتی ہے، ملٹھی کو سیم زدہ اور کلراٹھی زمینوں میں بھی اگایا جاسکتا ہے۔

زمین کی تیاری

ملٹھی کی کاشت کے لیے زمین کو تین تا چار دفعہ ہل چلا کر اور دوہرا سہاگہ دے کر اچھی طرح تیار کرنا چاہیے بوائی کے وقت زمین میں اچھا وتر ہونا چاہئے ورنہ اگاؤ متاثر ہوگا۔

شرح بیج

ملٹھی کی کاشت کے لیے جڑوں کو بطور بیج استعمال کیا جاتا ہے۔ایک ایکڑ کیلیے 20 تا 30 ہزار جڑیں درکار ہوتی ہیں۔

وقت کاشت

میدانی علاقوں میں ستمبر اکتوبر اور پہاڑی علاقوں میں فروری، مارچ کے مہینے اس کی کاشت کے لیے موزوں ہیں۔

طریقہ کاشت

ملٹھی کی جڑوں کو 6 انچ کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ کر 4 فٹ کے فاصلے پر بنائی گئی وٹوں پر 4 انچ گہرا کاشت کیا جاتا ہے۔پودے سے پودے کا فاصلہ ڈیڑھ فٹ رکھا جاتا ہے۔

آب پاشی

کاشت کے بعد دس سے پندرہ دن کے وقفہ سے پانی دینا چاہیے۔پانی کی کمی سے فصل کی نشوونما پر بہت بُرا اثر پڑتا ہے۔

گوڈی اور جڑی بوٹیوں کی تلفی

فصل کا اگاؤ مکمل ہونے کے بعد گوڈی کرنی چاہیے تا کہ زمین نرم ہو جائے اور جڑی بوٹیاں بھی تلف ہو جائیں۔

کھاد

فصل کاشت کرنے سے پہلے کھیت میں 5 تا 10 گڈے فی ایکڑ گلی سڑی گوبر کی کھاد ڈال دیئے جائیں۔بجائی کے وقت ایک بوری یوریا فی ایکڑ کے حساب سے نائٹروجن کھاد ڈالی جائے۔

برداشت

فصل کاشت کے تین چار سال کے بعد برداشت کے لیے تیار ہوتی ہے۔اس کو موسم خزاں میں برداشت کیا جاتا ہے۔زمین کو دو سے تین فٹ گہرا کھود کر اس کی جڑیں بڑی احتیاط سے نکالی جائیں کیونکہ بہت نرم اور لچک دار ہوتی ہیں۔جڑوں کو زمین سے نکال کر چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیا جائے۔

پیداوار

اگر فصل کی اچھی نگہداشت کی جائے تو تین سے چار سال بعد ایک ایکڑ سے چار سے پانچ ٹن جڑیں حاصل ہو جاتی ہیں۔

خواص

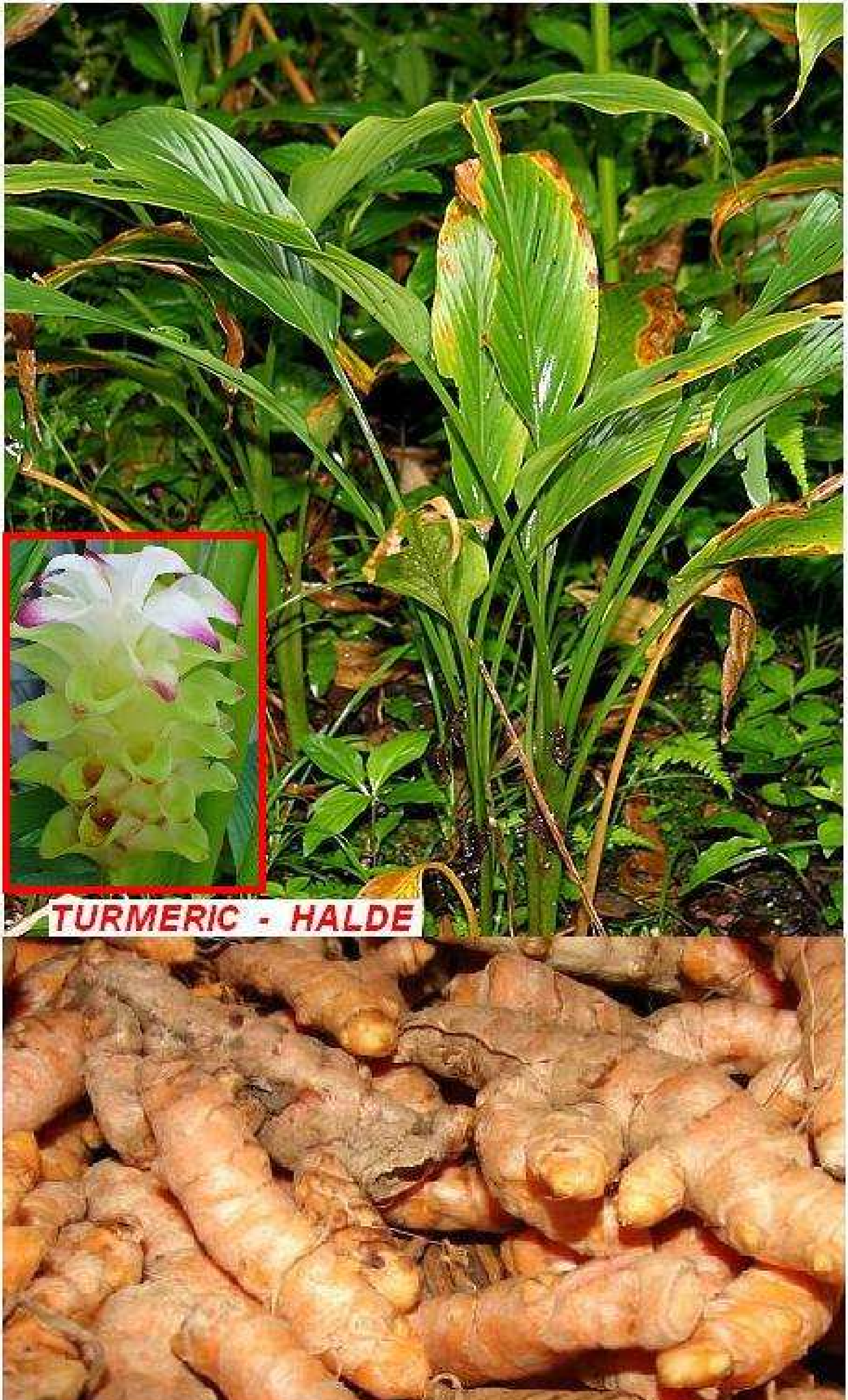
ملٹھی کی جڑوں میں 5.5 فیصد پروٹین، 0.8

فیصد چکنائی، 39.2 فیصد نشاستہ ہوتا ہے۔اس کے علاوہ فاسفورس، کیلشیم، پوٹاشیم، سوڈیم اور لوہا بھی خاصی مقدار میں پایا جاتا ہے۔

فوائد و استعمال

- ☆ ملٹھی یرقان کے لیے مفید ہے۔
- ☆ دمہ، کھانسی، پرانا بخار اور بواسیر کے لیے فائدہ مند ہے۔
- ☆ ٹی بی، گردہ و پتہ کی پتھری کا بہترین علاج ہے۔
- ☆ ملٹھی کو معدہ کے السر کے علاج کے لیے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔تاہم مسلسل اور وقفہ کے بغیر استعمال مناسب نہیں، حمل اور امراض قلب کے دوران استعمال ممنوع ہے۔

☆☆☆


TURMERIC - HALDE

ہلدی

انگریزی نام **Turmeric**

نباتاتی نام **Curcuma longa**

تعارف

ہلدی کا پودا 60 سے 90 سینٹی میٹر اونچا ہوتا ہے
اس کا تنا چھوٹا اور اس سے بہت سی شاخیں نکلتی ہیں
۔اس کی زیر زمین گانٹھیں ہوتی ہیں جس میں ہلدی
ہوتی ہے۔

زمین

ہلدی کے لیے ہلکی میرا، زرخیز اور اچھے نکاس والی
موزوں ہے۔

وقت کاشت

اپریل مئی کا مہینہ کاشت کے لیے موزوں ہے۔

زمین کی تیاری

تین چار دفعہ ہل اور سہاگہ چلا کر زمین کو نرم بھربھرا کرلیا جائے۔ زمین کو ہموار کرنا نہایت ضروری ہے۔

شرح بیج

12 تا 15 من بیج ایک ایکڑ کے لیے کافی ہوتا ہے۔

طریقہ کاشت

ہلدی کی تندرست گانٹھوں کو 2 فٹ چوڑی پٹڑیوں پر ایک فٹ کے فاصلے پر تین انچ گہرا بودیں اور فوراً پانی لگادیں یہ خیال رکھیں کہ پانی پٹڑیوں پر نہ چڑھے ورنہ اگاؤ متاثر ہوگا۔

کھاد

اچھی پیداوار حاصل کرنے کیلیے 30 تا 40 گڈے فی ایکڑ گوبر کی گلی سڑی کھاد ڈالنی چاہیے۔

آبپاشی

پہلا پانی کاشت کے فوراً بعد لگا دیں۔ پھر گرمیوں میں ہفتہ بعد اور سردیوں میں پندرہ دنوں بعد آبپاشی کرنی چاہیئے۔

گوڈی

اچھی فصل کے لئے تین چار بار گوڈی ضروری ہے۔

برداشت

ہلدی کی برداشت دسمبر میں کی جاتی ہے جب کورے سے اس کے پتے سوکھنے شروع ہو جائیں اس وقت زمین کھود کر اس کی گانٹھیں نکالی جاتی ہیں۔ ہلدی کی گانٹھیں دو تین دن تک خشک کر کے ابال لی جائیں اور پھر ان کو دھوپ میں تین چار دن تک سکھا لیا جائے۔

پیداوار

ایک ایکڑ سے تقریباً 100 من ہلدی کی گانٹھیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ جس سے تقریباً 30 من ہلدی حاصل ہوتی ہے۔

خواص

ہلدی میں 13.1 فیصد پانی، 6.3 فیصد پروٹین، 5.1 فیصد چکنائی، 49.4 فیصد کاربوہائیٹ، 2.6 فیصد ریشہ ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ معدنی اور حیاتی اجزاء میں کیلشیم فاسفورس، آئرن، کیروٹین تھایامین اور نایاسین شامل ہیں۔

طبی فوائد و استعمال

☆ ہلدی غذا کو جزو بدن بنانے والے نظام کی اصلاح اور بحالی میں موثر ہے۔

☆ ہلدی پرانے اسہال، آنتوں کے مضر جراثیم کو ہلاک کرنے اور معدہ میں گیس بننے کے عمل کو روکنے کے لیے مفید ہے۔☆ہلدی میں آئرن کی کافی مقدار پائی جاتی ہے اس طرح اس کا استعمال خون کی کمی کو دور کرتا ہے۔

☆ ہلدی بلغمی دمہ کا موثر علاج ہے ۔ہلدی کھانسی ،گلے کی خراش اور نزلہ زکام کے لیے مفید ہے۔موچ آنے کی صورت میں اس کا بیرونی استعمال مفید ہے ۔

☆ پھوڑوں پر ہلدی کا لیپ کرنے سے وہ جلدی پک کر پھٹ جاتے ہیں اور فوری ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

☆ ہلدی بہت سے جلدی امراض مثلاً داد، چنبل، خارش کے لئے مفید ہے

☆ ہلدی کھانے کو خوش رنگ اور مزیدار بناتی ہے۔


ZINGIBER - ADRAK

ادرک

انگریزی نام Zingiber officinale:
نباتاتی نام

تعارف

ادرک کا پودا ایک فٹ سے ڈھائی فٹ تک لمبا ہوتا ہے اس کا قابل استعمال حصہ جڑ ہے جو کہ آلو ،ادرک،شکرقندی اور ہلدی کی طرح زمین میں پیدا ہوتی ہے جڑ کے ٹکڑے ناہموار چپٹے اور شاخ دار ہوتے ہیں۔لمبائی دو انچ سے چار انچ اور چوڑائی نصف انچ سے تین انچ تک ہوتی ہے۔تازہ ادرک کا رنگ زردی مائل اور خشک کا سفیدی مائل ہوتا ہے۔

آب وہوا

ادرک کا پودا سایہ اور نمی کو پسند کرتا ہے۔ یہ آبپاش علاقوں میں کامیابی سے کاشت کی جاسکتی ہے اس کے علاوہ ان علاقوں میں جہاں بارش کافی مقدار میں ہو وہاں بھی کاشت کی جاسکتی ہے۔

زمین کا انتخاب

زرخیز بھربھری، ہوادار اور پانی کے اچھے نکاس والی زمین اس کی کاشت کے لیے موزوں خیال کی جاتی ہے۔ کلراٹھی ، شورزدہ اور سیم زدہ زمین اس کی کاشت کے لیے ناموزوں ہے۔

زمین کی تیاری

دو تین دفعہ گہرا ہل چلا ہل کر زمین کو نرم کرلیا جائے اور پھر زمین کو کھلا چھوڑ دیا جائے۔ پندرہ بیس دن کے بعد رونی کر کے دو تین دفعہ ہل اور سہاگہ چلا کر

زمین کو اچھی طرح بھربھرا کرلیا جائے۔ ڈھیلے وغیرہ ختم کردیئے جائیں زمین سے گھاس، ڈنڈل روڑے فصلوں کے مڈھ وغیرہ چن کر باہر نکال دیں۔ زمین کو اچھی طرح ہموار کرلیا جائے۔

وقت کاشت

میدانی علاقوں میں ادرک فروری مارچ اور پہاڑی علاقوں میں مئی کے آخر تک کاشت کی جاسکتی ہے۔ تاہم گرم اور خشک لُو چلنے سے پہلے ادرک کاشت کرلینی چاہیئے۔

طریقہ کاشت

ادرک مندرجہ ذیل طریقوں سے کاشت کی جاسکتی ہے۔

☆ زمین تیار کرنے کے بعد کیاریاں بنالیں۔ ان کیاریوں میں ایک فٹ کے فاصلے پر قطاروں میں

گھٹیاں چھ انچ کے فاصلہ پر دو انچ گہری دبا دیں ۔اورفوراً آبپاشی کردیں۔اگر پتے وغیرہ ڈال کر ان گھٹیوں کو ڈھانپ دیا جائے تو روئیدگی اچھی ہوتی ہے۔

☆ زمین تیار کرنے کے بعد ڈیڑھ تا دو فٹ چوڑی پٹڑیاں بنالیں۔ان پر چھ انچ کے فاصلے پر دو انچ گہری بیج والی گھٹیاں دبا دیں اورفوراً آبپاشی کردیں پتوں سے ڈھانپ دینے سے اگاؤ اچھا ہوتا ہے۔

شرح بیج

ایک ایکڑ کے لیے دس تا پندرہ من گھٹیاں کافی ہوتی ہیں بشرطیکہ ہر گھٹی میں دو تین آنکھیں ہوں۔

برداشت

عام طور پر فصل دسمبر جنوری میں پختہ ہوجاتی ہے۔پختہ ہونے پر اس کے پتے زرد، تنے خشک

ہو جاتے ہیں۔اس کے بعد گٹھیاں اکھاڑلی جائیں ۔گٹھیاں پانی سے دھو کر اور ہاتھوں سے مل کر مٹی علیحدہ کر کے صاف کرلیں۔تھوڑی دیر دھوپ میں سکھا کر منڈی بھیج دیں۔

پیداوار

اچھی فصل سے 80 تا 100 من فی ایکڑ تازہ ادرک حاصل ہوسکتا ہے۔

کیمیائی خواص

تازہ ادرک میں 80.9 فیصد پانی ،2.3 فیصد پروٹین، 0.9 فیصد چکنائی ، 12.3 فیصد کاربوہائیڈریٹ ہوتے ہیں اور حیاتینی اجزاء میں کیلشیم،فاسفورس،آئرن ،کیروٹین، تھایا میس ،ریبوفلاوین اور وٹامن سی شامل ہیں۔

فوائد واستعمال

☆ بدہضمی، ریاح، قولنج، قے وغیرہ میں مفید ہے۔

☆ ادرک کھانسی اور زکام کا عمدہ علاج ہے۔

☆ ادرک دمہ، کالی کھانسی، پھیپھڑوں کی ٹی بی کے لیے مفید ہے۔

☆ ادرک حافظہ کو بڑھاتی ہے دل، جگر، پھیپھڑوں کو طاقت دیتی ہے۔

☆ منہ کی بدبو ختم کر کے دانتوں اور مسوڑھوں کو مضبوط کرتی ہے۔

☆ ادرک میں ایک خوشبودار تیل پایا جاتا ہے جو دل کے پھڑکنے کے مرض میں مفید ہے

☆ معدہ کی تیزابیت کو ختم کر کے کھٹے ڈکاروں کو بند کرتی ہے۔

☆ درد معدہ، ہچکی، قے کے لیے بھی مفید و موثر ہے۔

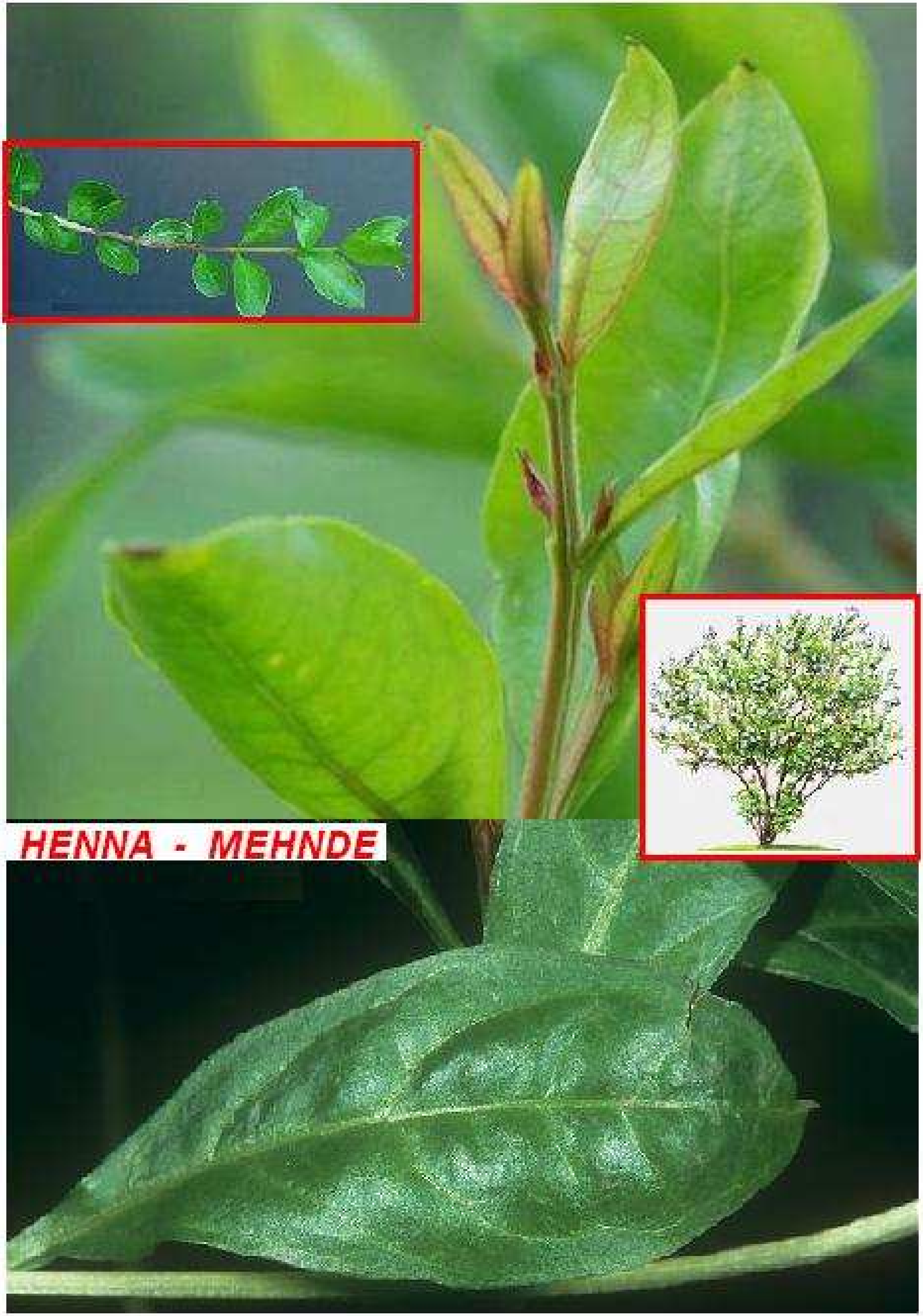
☆ خون کے سرخ ذرات کی پیدائش میں مدد دیتی ہے، خون کو صاف اور زیادہ کرتی ہے اور خون کے ناکارہ ذرات کو ختم کرتی ہے۔

☆ بہت سے جلدی امراض اور جوڑوں کے ناکارہ ذّرات کو ختم کرتی ہے۔

☆ باری کے بخار اور سردی سے ہونے والے بخاروں میں مفید ہے۔

☆ ادرک کو منہ میں رکھ کر چبانا اور اس کو جوشاندہ کے طور پر شہد میں ملا کر استعمال کرنا لقوہ کے لیے مفید ہے۔

☆☆☆


HENNA - MEHNDE

مہندی

نباتاتی نام Henna

انگریزی نام Lasonia

تعارف

مہندی ایک جھاڑی نما پودا ہے اس کے پتوں کا سفوف بنا کر پانی میں حل کیا جائے تو سرخی مائل رنگ دیتا ہے۔ اس کی سال میں 3 تا 4 بار کٹائی ہوتی ہے سردیوں میں اس کی بڑھوتری رکی رہتی ہے۔ مارچ سے لے کر ستمبر تک یہ پودا خوب بڑھتا پھولتا ہے اس کی برآمد بھی ہوتی ہے افغانستان اور ایران میں اس کی کافی کھپت ہوتی ہے ایک اندازے کے مطابق ایک کٹائی سے 30 من تک سبز پتیاں حاصل ہوتی ہیں ۔ایک آسان اور نقد

آور فصل ہے۔ایک دفعہ لگانے سے کئی سال تک کٹائی حاصل کی جاسکتی ہے۔ان بڑے زمینداروں کے لیے زیادہ سودمند ہے جو خود فصل کی نگرانی نہیں کرسکتے کیونکہ ایک دفعہ نرسری منتقل کرنے کے بعد گوڈی اور پانی کا بندوبست خاطر خواہ ہوجائے تو فصل 10-15 سال آسانی سے چل سکتی ہے۔

طریقہ کاشت

اس پودے کی پہلے نرسری لگائی جاتی ہے۔جب پودا منتقلی کے قابل ہوجائے تو اکیلا اکیلا پودا 2 فٹ کے فاصلے پر لگا دیا جاتا ہے۔لائنوں میں کاشت کرنے سے پودوں کی تعداد فی ایکڑ برقرار رکھی جاسکتی ہے۔

وقت کاشت

پنیری منتقل کرنے کا بہترین موسم مارچ ہے۔

زمین کا انتخاب

اس کے لیے بھاری زمین مناسب ترین ہے وگرنہ درمیانی زمین سے کامیاب فصل حاصل کی جاسکتی ہے۔

کھادوں کا استعمال

ہر کٹائی کے بعد ایک بوری نائٹروفاس اور دو بوری یوریا کافی رہتا ہے یوریا کو اگر 2-3 حصوں میں ہر پانی کے بعد ڈالا جائے تو بہتر نتائج حاصل ہوتے ہیں

پانی

اس فصل کو پانی بروقت ملنا چاہیے کیونکہ پانی کی کمی اس کی بڑھوتری پر بری طرح اثر انداز ہوتی ہے۔

اگر ایک دو پانی کم ملیں تو فصل کی پتیاں کم پھوٹتی ہیں ایک کٹائی حاصل کرنے کے لیے 5-4 پانی درکار ہوتے ہیں۔ اگر نہری پانی میسر نہ ہو تو ٹیوب ویل کا پانی کافی ہوتا ہے۔

جڑی بوٹیاں اور ان کی تلفی

یہ فصل چونکہ موسم سرما میں خفتگی کی حالت میں رہتی ہے اس لیے ربیع میں جڑی بوٹیوں کا چنداں مسئلہ نہیں ہوتا۔ البتہ مارچ کے موسم میں جب مہندی پھوٹنے لگتی ہے اس وقت ساتھ ہی ربیع کی جڑی بوٹیاں بھی نکلنی شروع ہوتی ہیں عام طور پر کھبل اور مدھانا گھاس زیادہ ہوتا ہے اس کی تلفی پر ایک کٹائی حاصل کرنے کے لیے 5-4 گوڈیاں فکرنی چاہئیں۔

برداشت

شاخیں کاٹ کر دھوپ میں ڈال دی جاتی ہیں خشک ہونے پر پتیاں جھاڑ کر بوریوں میں ڈال دی جاتی ہیں۔اس دوران اگر بارش پڑ جائے تو پتیوں کا رنگ کالا ہو جاتا ہے اور ان کی خصوصیت بھی برقرار نہیں رہتی بہتر یہ ہے کہ چھپر کے نیچے پتیاں ڈال دی جائیں تا کہ بارش وغیرہ سے محفوظ رہیں۔بوریوں سے براہ راست پتیان پیس کر استعمال کر لی جاتی ہیں اس کی تیاری کے لیے پیچیدہ طریقہ کار کی ضرورت نہیں۔

استعمال وفوائد

عام طور پر خضاب کی جگہ استعمال ہوتی ہے۔

☆ ہاتھ پاؤں کی جلد کو نرم رکھتی ہے اس لیے گھریلو عورتیں اسے پسند کرتی ہیں۔

☆ جلدی بیماریوں کے لیے دیسی حکیم استعمال کرتے ہیں

☆ خارش، داد، چنبل کے نسخوں میں خصوصاً استعمال ہوتی ہے۔

☆ مہندی گرمی، لو اور تپش کے اثر کو زائل کرتی ہے۔

☆☆☆







بہتر کاشت کیلئے راہنما اصول

1 کاشت کے لیے منتخب کردہ پودے کا نباتاتی نام ،انگریزی نام، خاندانی نام، مقامی زبانوں میں نام اور کیمیائی خواص کا معلوم ہونا اشد ضروری ہے۔

2 جو ادویاتی پودا کاشت کرنا مقصود ہو اس کا بیج نباتاتی طور پر تصدیق شدہ ہو، کیڑوں اور بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت رکھتا ہو، صاف ستھرا ہو، تاکہ صحیح اور صحت مند پودے نشوونما پائیں ۔ ملاوٹ سے پاک ہو تاکہ معیاری ادویات تیار کی جاسکیں۔

3 ادویاتی پودے ایسی زمین میں کاشت کریں جو ماحولیاتی گندگی اور مضر کیمیائی مادوں سے پاک ہو زرخیز اور اچھے نکاس والی ہو، ریتلی سیم زدہ اور شوروالی زمین ادویاتی پودوں کی کاشت کے لیے موزوں نہیں ہے۔ زمین نرم، بھربھری اور ہموار

ہونی چاہیئے۔

4 آبپاشی نہایت احتیاط اور زیرکاشت پودے کی بڑھوتری کے اہم ادوار کو مدنظر رکھ کر کی جائے۔ آبپاشی نہ تو اتنی زیادہ کی جائے کہ پودوں کی ضرورت سے بڑھ جائے اور نہ ہی بہت کم کہ پانی کی کمی کی وجہ سے فصل کو نقصان پہنچ جائے۔ آبپاشی کے لیے جو پانی استعمال میں لایا جائے وہ نمکیات اور زہریلے کیمیائی اجزاء سے پاک ہونا چاہیئے۔

5 کھاد مقررہ مقدار میں ،ادویاتی پودے کی ضروریات اور زمین کی زرخیزی کو مدنظر رکھ کر استعمال کی جائے تاکہ اس کا ضیاع کم سے کم ہو۔ کیمیائی کھاد کی بجائے جانوروں کے گوبر اور درختوں کے پتوں سے تیار شدہ اچھی طرح گلی سڑی نامیاتی کھاد کا استعمال زیادہ فائدہ مند ہوگا۔

6 ادویاتی پودوں کو موزوں آب و ہوا میں بروقت کاشت کیا جائے۔

7 ادویاتی پودوں کی مناسب نشوونما کے لیے چھدرائی اور جڑی بوٹیوں کی تلفی کے لیے نلائی بروقت کی جائے ان امور میں تاخیر پیداوار میں کمی کا باعث بنتی ہے۔

8 ادویاتی پودوں کی اہمیت اور استعمال کو مدنظر رکھتے ہوئے ان کو بیماریوں اور ضرررساں حشرات سے بچاؤ کے لیے زہریلی ادویات پر کم سے کم انحصار کریں ان کو اسی صورت میں استعمال کریں جب کوئی اور چارہ کار نہ ہو بہتر ہے کہ انسداد حشرات کے مربوط طریقہ پر عمل کریں۔

9 ادویاتی پودوں کی کٹائی یا برداشت بروقت کریں تاکہ ان کے ادویاتی خواص محفوظ رہیں اور طبی

افادیت برقرار رہے۔ کٹائی صبح کے وقت کریں جب سورج نکل چکا ہو اور اوس خشک ہو چکی ہو تیز دھوپ اور زیادہ درجہ حرارت میں کٹائی نہ کی جائے۔

10 کٹائی کے بعد ادویاتی پودے فوراً ہی مختلف مرحلہ وار اعمال کے لیے روانہ کر دیئے جائیں اگر کٹائی کے بعد وہ زیادہ دیر ایسے ہی پڑے رہے تو ان کا رنگ خراب ہو جائے گا اور ان کی کوالٹی پر بھی اثر پڑے گا جس سے ان کی قیمت کم ملے گی۔

☆☆☆

اللہ حافظ

برائے ایصال ثواب

والدین ریاض مسعود

استاد محترم سید ناظر حسین زنجانی شاہ

استاد محترم حضرت اکاش البرنی

استاد محترم علامہ محمد رفیق

دعا کا طالب ۔ ریاض مسعود

riazmasud2k@gmail.com

Cell# 03334215416